

FRÜHJAHR

- 15 Krautsalat mit Knoblauchbrot
- 16 Spargelsalat mit Orangen-Sesam-Dressing
- 16 Gegrillter Romanasalat auf Graupenrisotto mit Erbsen
- 20 Basilikum-Rucola-Pesto
- 20 Hauchdünne Ofenkartoffeln mit Avocadocreme und Radieschen
- 24 Spinatröllchen mit Gerkendip
- 27 Rhabarberkompott aus dem Ofen
- 28 Lauwarmer Gemüsesalat mit Rauke
- 28 Spiegelei mit Salbei und Ziegenfrischkäse
- 32 Spinatsalat mit Avocado und Apfel
- 32 Milchgraupen mit Erdbeer-Basilikum-Salat
- 36 Apfelsee mit Holunderblütsirup
- 41 Gefüllte Kräuterpfannkuchen mit Spargel und Rosmarin
- 42 Mezzelune mit Erbsen und Borretsch

SOMMER

- 46 Ratatouille mit kalter Tomaten-Meerrettich-Sauce auf Polentaschnitte
- 49 Gurken-Ayran
- 49 Lauwarmer Reisnudelsalat mit Koriander-Sesam-Pesto
- 52 Reineclaudenchutney
- 55 Tomaten-Aprikosen-Ketchup
- 59 Rucolagnocchi mit Safranfenchel und Ricotta
- 60 Artischocken mit dreierlei Dips
- 64 Fenchel mit mariniertem Gemüse
- 64 Basilikumsorbet
- 67 Linsensalat mit gegrillter Paprika und Joghurtdip
- 68 Müsli
- 68 Gegrilltes Sandwich mit Artischocken
- 73 Rote Grütze mit Vanillesauce
- 74 Tomatenmark
- 74 Gebratene Reisnudeln mit Mangold
- 78 Frittierte Linsenbällchen mit Joghurt-Gurken-Dill-Dip
- 81 Auberginen-Kichererbsen-Dip
- 81 Schwarzer-Johannisbeer-Sirup
- 84 Salzzitronen
- 87 Brokkoli mit jungen Ofenkartoffeln
- 88 Aprikosen-Schmand-Kuchen
- 88 Zuckerschotensalat mit Burrata und frittiertem Knoblauch
- 93 Essiggurken
- 95 Gefüllte Zucchiniblüten
- 95 Kräutertee
- 98 Spaghetti Aglio e Olio
- 103 Fettuccine mit Zucchini und Sesam
- 103 Ricottaauflauf mit frischen Beeren
- 107 Stachelbeerlkompott
- 108 Blaubeersmoothie
- 108 Zucchinipuffer mit Basilikumcreme
- 113 Mangold-Parmesan-Frittata
- 114 Penne mit Avocado-Minze-Sauce
- 114 Ajvar à la Maria
- 118 Gazpacho mit grünen Tomaten
- 121 Bohneneintopf mit grünem Reis
- 122 Überbackene Auberginenröllchen mit Brezenfüllung
- 125 Quinoasalat mit Zucchini und Ziegenfeta
- 125 Überbackene Tomaten auf Basmatireis mit Linsen
- 128 Eingelegte Chilis
- 131 Bohnensuppe mit gebackenen Tomaten und Parmesanknusper
- 132 Brotsalat mit Kichererbsen, Tomaten, Bohnen und pochiertem Ei
- 134 Gefüllte Auberginen aus dem Ofen
- 134 Quarkpfannkuchen mit Blaubeeren und Ahornsirup
- 138 Auberginentarte mit Tomatensalat
- 141 Gelee aus weißen Johannisbeeren
- 142 Zucchinisalat mit Pinienkernen und Croûtons
- 142 Tomaten-Bohnen-Salat mit frittiertem Lauch
- 146 Fächerkartoffeln mit Kräuterschmand
- 149 Tortillas mit gebratenem Fenchel und Bohnencreme

HERBST

WINTER

EINMACHEN

- 152 Linsencurry mit Kürbis und Avocadocreme
155 Tarte Tatin mit Zwetschgen
155 Applecrumble mit Zitronenmascarpone
159 Kartoffelkuchen mit Sellerie, Apfel und Ziegenkäse
160 Hausgemachte Pappardelle mit Steinpilzen
163 Apfel-Thymian-Chutney
163 Zwetschgenmus
166 Krautstrudel mit Balsamicozwiebeln und Schmand
169 Mohn-Ricotta-Nudeln mit karamellisierten Birnen
169 Rote-Bete-Puffer mit Meerrettichcreme
172 Pappardelle mit Wurzelbolognese
175 Kartoffeln mit Endivien und Haselnüssen
176 Bratapfelmus
180 Pfifferlingrisotto mit Rosmarinmandeln
184 Rote-Bete-Ravioli mit frittierter Brennessel
187 Ingwersirup
187 Salzkartoffeln mit Ricottaomelett und Petersilienpesto
190 Kürbisgnocchi mit Majoran
193 Geschmorte Karotten mit Safranrisotto
195 Rotes Sauerkraut
198 Brezenknödel-Carpaccio mit sautierten Pilzen und Kerbel
201 Petersilienwurzelsuppe mit frittiertem Lauch und Vinschgerlcroûtons
201 Rote-Bete-Gemüse mit Karotten und Kartoffeln
204 Nussparfait mit Pflaumenkompott
- 208 Radicchiosalat mit Feigen, Granatapfel und Rote Bete
208 Kürbisreiberdatschi mit Quittenkompott und Schmand
212 Tortillas mit Wirsing, Feta und Crème fraîche
215 Grünkohltortelli mit frittierter Petersilie und Mimolette
216 Flammkuchen mit Kraut und Feigen
216 Grünkohlchips
221 Gebratener Reis mit Grünkohl und Spiegelei
221 Rosenkohlcrostini mit Birne und Schmorzwiebeln
224 Karotten-Apfel-Salat mit gebratenem Halloumi
224 Krautfleckerl mit Brezencroûtons
228 Gemüsebrühe
233 Gedämpfte Grünkohltaschen mit Pflaumensauce
234 Gebratener Radicchio mit Feigen und Kartoffel-Sellerie-Püree
- 20 Basilikum-Rucola-Pesto
27 Rhabarberkompott aus dem Ofen
36 Apfelgelee mit Holunderblütensirup
52 Reineclaudenchutney
55 Tomaten-Aprikosen-Ketchup
74 Tomatenmark
81 Schwarzer Johannisbeer-Sirup
84 Salzzitronen
93 Essiggurken
95 Kräutertee
107 Stachelbeerkompott
114 Ajvar à la Maria
128 Eingelegte Chilis
140 Gelee aus weißen Johannisbeeren
163 Apfel-Thymian-Chutney
163 Pflaumenmus
176 Bratapfelmus
187 Ingwersirup
195 Rotes Sauerkraut
228 Gemüsebrühe