

# Inhaltsverzeichnis

## 10 Vorwort

---

4

- 10 Vegan Queens
- 14 Gewürze. Salze. Öle.  
Urlaub für die Sinne

## 24 Das Kräuterzeit Menü

---

- 18 Franziska Schmid — Veggie Love
- 26 Crostini mit hausgemachtem Thymian-Pilz-Schmalz
- 29 Franziskas Bärlauch-Risotto mit essbarer Blütenpracht
- 31 Franziskas Orecchiette mit bunten Möhren, Sauerampfer und Mandelsplittern
- 34 Tortellini mit Sauerampfer-Pesto-Mandelricotta-Füllung
- 36 Petersilienkartoffeln „International“
- 38 Cremiges Erdbeer-Basilikum-Eis mit knusprigem Teigblatt
- 41 Erdbeer-Basilikum-Sorbet mit Schoko-Knusperhaube

**42** Laura Villanueva — Tausendsuend**66** Jule Zachow — Chaostheorie**Detox Menü****50** Goldener Smoothie mit Pfeffer im Hintern**74** Grundrezept Pizzateig**53** Rainbow Sushi mit kunterbunter Füllung**77** Aromatische Tomatensauce und Schmortomaten**55** Orange Glücksschüssel mit Kurkuma-Tahini-Dressing**79** Calzone mit Spinat, Walnüssen, Cashew-Mozzarella und Basilikum**56** Laura's saftiger Raw Carrot Cake**82** Pizza mit Ofen-Kürbiscreme, Mandelfeta, Avocado, Oliven und Schwarzkümmelöl**Dessert Menü****59** Horchata massiva  
Mandel-Kakao-Dattel-Zimt-Milch**85** Pizza mit lila Cashew-Sourcream, hauchdünnen Kartoffeln und frischem Rosmarin**60** Himmlische Drei Zutaten  
Peanut Butter Cups**86** Pizza mit Tomatensauce, sautierten Pilzen, Cashew-Mozzarella und Oregano**62** Der beste Apfelkuchen der Welt von Laura**89** Süße Pizza mit Schokocreme, Banane und Peanut-Crunch**65** Topfenknödel mit Vanillebröseln und Himbeerröster**Drinks****90** Jules Kirschblütenzauber**90** Jules Prenzlauer Berg Mule

## 98 Das Stullen Menü

---

- 92 Luisa Dlugay — Stullenbüro
- 101 Lila Brot
- 102 Schwarzes Brot
- 104 Schwarze Stullen  
mit karamellisierter Möhrencreme  
und erröten Kichererbsen
- 107 Luisas Lila Stullen  
mit Erdnuss-Rosmarin-  
Rote-Bete-Pesto
- 108 Luisas Lila Stullen  
mit Dattelcreme und Schmortrauben
- 111 Pulled Mushroom Sandwich  
mit hausgemachter BBQ-Sauce  
und rotem Coleslaw

6

## 118 Das Game of Thrones Menü

---

- 112 Elena Grimm & Franziska Schauren —  
TofuTussies
- 120 „The White Walker“  
Tofu-Kohlrabi in Miso Marinade
- 122 „Dragon Egg Soup“  
Geröstete Paprika-Suppe mit  
Quinoa-Orangen-Minz-Bällchen
- 125 „Wolf Bread“  
Roggen-Sauerteig mit Fenchelsamen  
und Nelken
- 126 „The Heart Tree“  
Ofen-Blumenkohl mit essbaren Blüten
- 128 „The Khaleesi eats the heart out“  
Süßkartoffel mit blutrotem  
Chili sin Carne
- 131 „Ned Stark’s Head“  
Bösartige Zitronen-Marzipan-  
Cakepops
- 132 „A Song Of Ice And Fire“  
Bratapfel mit Salz-Karamell  
und Eisblock aus roter Traube

## 140 Das Ganz-in-Weiß Menü

---

- 134 Lauren Wildbolz — vegan kitchen
- 142 Transparenter Birnen-Fenchel-Salat
- 145 Herrlicher Mandelfeta
- 147 Blumenkohlpüree mit geröstetem Knoblauch und Ofenspargel
- 148 Kalte Mandelsuppe mit Kohlrabi-Nudeln und Bärlauchöl
- 151 Weißes Ratatouille auf Reisberg mit sahniger Weißwein-Schalottencreme
- 153 Weißes Sandwich mit Radicchio, Aquafaba-Mayonnaise, Rettich und Mandelfeta
- 154 Laurens rohköstliche Cherimoya-Torte

## 162 Das Noodle Doodle Menü

---

- 156 Lisa Müller — Lab Kitchen
- 164 Australian Avocado Bites
- 167 Lisas Drei-Nudel-Teller mit Matcha-Basilikum- & Cashew-Sauce
- 169 Papa(r)delle mit köstlichen Rahmschwammerl und bunten Semmelnbröseln
- 170 Spaghetti Bohnonese
- 173 Raffinierte Reisblattlasagne mit Chipotle-Kruste
- 174 Süße Kokos-Udonnudeln mit frischen Früchten und Dattelkaramell
- 176 Falsche Ravioli mit Tropicana-Füllung und Himbeer-Coulis

**178** Catharina Bernhardt — Happenpappen**200** Sarah Lebkücher & Theresa Helmich —  
No58 Speiserei**186** Zweierlei Hummusse:  
Steckrüben-Hummus &  
Cathys Rosenkohl-Hummus**208** Afghanische Sambosa  
Teigtaschen mit herzhafter  
Füllung & Erbsenfalafel**189** Miso-Pilzsuppe mit Grünkohl-  
Fritatten und Weihnachtsbäumen**210** Muhammara & Tarator  
Syrische Paprikapaste und  
libanesischer Tahini-Dip**190** Deutsch-Österreichische  
Freundschaft: Erdäpfelkas meets  
Kartoffelsalat**213** Anas Koriander-Knoblauch-  
Kartoffeln

8

**192** Cathys himmlische Christmas Bowl**214** Timtimo  
Linseneintopf aus Eritrea**195** Hokkaido-Kürbis  
mit Maronen-Quinoa-Füllung  
und hausgemachtem blauem  
Sauerkraut**217** Baingan Tamatar  
Pakistanisches Auberginencurry**196** Bratapfelsmoothie à la  
Happenpappen**219** Sarah und Theresas fast  
traditioneller Maracuja-  
Käsekuchen**198** Luftige Aquafaba Schokomousse**220** Zarda  
Opulenter Reispudding  
aus Pakistan

## **228** Das David Bowie Tribute Menü

---

**222** Nina Kränsel — Let It Be

**230** „The Rock'n Roller“  
Buffalo Wings

**233** „The Modernist“  
Marinierter Rettich

**234** „The Hippie“  
Frittierte Holunderblüten

**236** „Ziggy Pie-Dust“  
Sheperd's Pie

**239** Ninas Bowie Burger  
mit Rote-Bete-Kichererbsen-Patty  
und Raunchy Remoulade

**240** „Rock God meets The King“  
Ninas Schokocrêpe  
mit Peanutbutter-Nicecream

## **242** Rest

---

**242** Das Treffen der Queens

**245** Danksagung

**246** Team

**247** Die Queens

**248** Register

**256** Impressum