

INHALT

- 4 Ätherische Öle: Düfte zum Essen & Trinken
- 6 Aromaküche – genießen mit ätherischen Ölen
- 8 Die richtige Dosis: tropfenweise Hochgenuss
- 10 Herzhaft aromatisieren mit Ölen & Salzen
- 12 Die Aroma-Basis für Getränke & Süßspeisen

14 *Cocktails & feine Drinks*

Der ideale Einstieg in die Aromaküche. Belebt und erfrischt als Aperitif oder Limonade und bringt als sanfter Smoothie oder Heißgetränk Entspannung.

28 *Snacks & Vorspeisen*

Dips und Aufstriche, Salatdressings oder herhaftes Gebäck: Sie laden dazu ein, mit verschiedenen Bio-Aromen verfeinert zu werden.

48 *Suppen & Hauptgerichte*

Am Ende der Garzeit, in etwas Sahne verrührt, lassen sich Aromen in Suppen, Pürees, feinen Füllungen, Gemüse- und Reisgerichten besonders gut verteilen.

68 *Desserts & süßes Gebäck*

Köstliche Cremes, feine Pralinen, Muffins und Kekse werden mit Aromen zum besonderen Geschmackserlebnis.

- 90 Glossar
- 94 Register
- 96 Impressum