

# INHALT

	THOMAS BÜHNER <b>FLEISCH</b> <b>20</b>	JOHANNES KING <b>FISCH</b> <b>44</b>	MICHA SCHÄFER <b>REGIONAL UND SAISONAL KOCHEN</b> <b>70</b>
EINBLICKE	Von der Idee zum Buch: Was wir von Spitzenköchen lernen können <b>6</b>	Detailarbeit und Leidenschaft: Eindrücke aus einer Drei-Sterne-Küche <b>22</b>	Alles vor der Haustür: Was es bedeutet, „brutal lokal“ zu kochen <b>72</b>
INTERVIEWS	Die Hitlisten der Spitzengastronomie: Was hat es mit den Bewertungssystemen auf sich? <b>14</b>	Was Steakbraten mit Autofahren zu tun hat: Wie Fleisch perfekt gelingt <b>28</b>	Verzicht als Herausforderung: Was gibt es in der Region? <b>75</b>
REZEPTE	Geschnörktes Rinderfilet mit asiatischen Gewürzen <b>37</b>	Lachstatar mit Gurke und Zitrone <b>63</b>	Radieschen & Liebstöckel <b>93</b>
	Hähnchenkeulen in Orangen-Gewürzöl confiert <b>39</b>	Warmes Carpaccio vom Loup de mer mit pikantem Couscous <b>64</b>	Lauch, Ei & Leindotteröl <b>95</b>
	Geschnörkte Kalbsbäckchen im Glühweinsud <b>41</b>	Roh mariniertes Saibling mit Fenchel <b>66</b>	Spargel & Schwarzwurzel <b>97</b>
	Rinderfilet in Knoblauch-Korianderwürze <b>43</b>	Gedämpfter Rotbarsch mit Fenchel <b>68</b>	Kartoffel, Maränenkaviar & Dill <b>99</b>
			Hefe, Fenchel & Heu <b>101</b>

PAUL IVIĆ

## VEGETARISCH UND VEGAN

102

Eine Küche ohne  
Fleisch und Fisch:  
Von Gemüse, Kräutern und  
gekonntem Food Pairing  
**104**

Von umami, Ersatzprodukten  
und Bio-Gemüse:  
Wie vegetarische Küche  
sogar Fleischesser überzeugt  
**110**

Gemüsefond  
**121**

Quinoa-Salat mit Himbeeren  
und Roter Bete  
**123**

Spargelsalat mit Zitrusfrüchten  
und Vanille  
**125**

Polentapralinen in  
cos-Gemüse-Soße  
**127**

THOMAS MARTIN

## SOSSEN

128

An Liebe und Zeit  
kommt keiner vorbei  
Soßen-Geheimnisse aus  
der „Jacob“-Küche  
**130**

Geschmacksverstärker  
vom Feinsten:  
Wie gute Soßen gelingen  
**136**

Tomaten-Koriander-Pesto  
**147**

Beurre blanc  
**149**

Sellerie-Samt-Suppe oder -soße  
**151**

Kürbis-Suppe oder -soße mit  
Weißwein und Apfel  
**153**

SARAH HENKE

## AROMEN AUS ALLER WELT

154

Eine Küche, inspiriert von  
asiatischen Aromen: Das  
„Yoso“ in Andernach  
**156**

Vom Schnitzel zum Chili: Sarah  
Henkes asiatische Küche  
**162**

Kokos-Suppe mit  
Zitronengras und Ingwer  
**171**

Asiatischer Gurkensalat  
mit Chili und Minze  
**173**

Limonen-Chili-  
Vinaigrette zu Entrecôte  
oder Rumpsteak  
**175**

Asiatisches  
Hähnchenbrustfilet  
**177**

Selbst gemachte  
Currypasta  
**179**

RENÉ FRANK

## DESSERTS

180

Von wegen Zuckerschock:  
Hinter den Kulissen des  
„CODA“ in Berlin  
**182**

Mit Roter Bete, Anchovis  
und Tofu:  
Wie moderne Desserts  
aufgebaut sind  
**188**

Rote Bete und Himbeeressig  
zu Vanilleeis  
**199**

Halbgebackener Cheesecake von  
18 Monate gereiftem Bergkäse  
**201**

Geschäumte Bananenmilch  
mit Kakaonibs  
**203**

Danksagung  
**204**

Über die Autorin  
**206**

Impressum  
**208**