

# Inhalt

## Über die Autoren

Der Kochprofi	6
Die Chaos-Queen	8

## Genussland Südtirol

Am Schnittpunkt zweier Sprach- und Kulturräume	10
Speck, Gewürze, Törggelen und Knödel	12
Südtiroler Küchensprache	14

## Wissenswertes zum Kochen mit dem Thermomix®

Der Alleskönner Thermomix® und seine 13 Funktionen	16
Sicherheitsmaßnahmen im Umgang	21
Backtipps	22
Reinigungstricks	23
Gut zu wissen	24

## Rezeptregister

256

## Danksagung

257

## Impressum und Bildnachweise

258

## Grundrezepte

26

## Kalte Vorspeisen

56

## Warme Vorspeisen

72

## Hauptspeisen

106

## Desserts

124

## Beilagen

142

## Suppen und Einlagen

150

## Frittiertes

168

## Getränke und Smoothies

182

## Brote

188

## Vorratskammer

206

## Schritt für Schritt

220

## Kuchen und Gebäck

230

## Kekse

246