
GRUNDLAGEN 9

Dutch Oven Praxisteil	10
Pflege des Dutch Oven	16

REZEPTE 19
SUPPEN UND EINTÖPFE 21

Fischcurry mit Rotbarsch	23
Gemüseeintopf mit Wirsing, Tomaten und Bohnen	25
Kichererbseintopf mit Knoblauchwurst	29
Maissuppe mit Rinderhackbällchen	31
Muscheleintopf mit Chorizo	33
Rotes Gemüse-Kokoscurry mit Räuchertofu	35
Fischsuppe mit Lachsbrod und Gremolata	37
Sauerkrautsüppchen mit Winzersekt	39
Schwäbischer Linseneintopf mit Speck und Würstchen	41

DEFTIG MIT FLEISCH 43

Blut- und Leberwurst mit Apfel-Sauerkraut	45
Brathähnchen mit Kartoffelgemüse	47
Gefüllte Zwiebeln mit Rinderhackfleisch in Rotwein	49
Kalbsfrikadellen in Kapernsauce	51
Gefüllte Ente mit Maronen und Rotkohl	55
Kalbstafelspitz aus dem Wurzelsud mit Schmalzkartoffeln	57
Gefüllter Hokkaido-Kürbis mit Lammhackfleisch, Feta und Curry	59
Kartoffelgratin mit Speck und Thymian	61
Lammhaxen mit Salzzitrone, Tomaten und Kartoffeln	63
Kohlrabi-Hackfleischball	65
Rehkeule mit Kürbis-Maronen-Gemüse	67
Wildschweingulasch mit Pilzen	69
Geschmorte Rinderbeinscheiben	71

DEFTIG MIT FISCH 73

Mediterrane Doraden	75
Sardinen in Tomatensauce	77
Tintenfische in Weißweinsugo mit Knoblauch, Basilikum und Kirschtomaten	79
Lachslasagne mit Ziegenfrischkäse und Spinat	83
Miesmuscheln in Weißweinsud	85
Runde Zucchini gefüllt mit Lachsfarce	87
Tintenfischtuben gefüllt mit Hokkaido-Kürbis	91

VEGETARISCH	93
Börek mit Joghurt und Feta	95
Cannelloni mit Ricotta-Paprika-Füllung	97
Grüne Bohnen mit Schwarzkümmel und Tomaten	99
Hash Browns mit Mais, Peperoni und Cheddar	101
Kartoffel-Tortilla mit Paprika und Chili	103
BACKEN	105
Buchweizenbrot mit geräucherter Forelle, Dill und Sauerrahm	107
Dunkelbierbrot gefüllt mit Preiselbeeren und Raclettekäse	109
Kartoffelkugeln mit Sonnenblumenkernen, Petersilie, Parmesan und Speck	111
Sesambrot gefüllt mit Lauch, Honig und Bergkäse	113
WAFFELN AUS DER GLUT	115
Dinkel-Zwiebelwaffeln	117
Tomatenwaffeln mit Fenchel und Feta	119
Weizenbierwaffeln mit Majoran und Speck	123
SANDWICHES AUS DER GLUT	125
Roggenbrot-Sandwich mit geräucherter Entenbrust, Pflaumenmus und Ziegenkäse	127
Toast Melba	129
Sandwich mit Thunfisch, Avocado und Mango-Chutney	131
SÜSS	133
Süße Hefebrötchen mit Haselnüssen, Rosinen, Schokoladenstückchen und Rum	135
Quarkauflauf mit Himbeeren	137
Ofenschlupfer mit Äpfeln und Rosinen	139
Mango-Crumble mit Schokoladenstreuseln	143
Gugelhupf mit Rosinen, Rum und Pfirsichen	145
Bratapfel mit Quark-Rosinen-Füllung	147
Register	150
Über die Autorin	156
Dank	157
Impressum	160