

Inhalt

6 Liebe Leserinnen und Leser

7 Ernährungsbesonderheiten

7 Zu den Rezepten

Ratgeber

8 Warenkunde

8 Speisfette

9 Milch und Milchprodukte

11 Getreideprodukte

14 Kräuter und Gewürze

19 Küchenpraxis

19 Garmethoden

22 Geräte und Hilfsmittel

25 Menüplanung

Kochen

28 Suppen

55 Vorspeisen

74 Fleisch

77 Rindfleisch

94 Kalbfleisch

111 Schweinefleisch

130 Lammfleisch, Kaninchenfleisch

140 Innereien

147 Hackfleisch

152 Geflügel

167 Wild und Wildgeflügel

181 Fisch

224 Meeresfrüchte

234 Saucen

249 Gemüse und Pilze

288 Salate

308 Kartoffeln

318 Teigwaren

333 Reis

338 Eier

344 Warme Süßspeisen, Mehlspeisen

365 Kalte Süßspeisen, Desserts

Backen

396 Backpraxis

397 Backzutaten

398 Geräte und Hilfsmittel

400 Hefeteig

412 Schmalzgebäck

416 Brandteig

419 Blätterteig

423 Rührteig

434 Mürbeteig und Obstkuchen

450 Biskuitmasse und Torten

471 Füllcremes und Glasuren

476 Kekse, Plätzchen, Weihnachtsgebäck

498 Pikante Bäckerei

Anhang

510 Getränke

514 Kleine Nährwerttabelle

518 Glossar

520 Register

539 Löffelmaße