

Inhalt

- 6 Liebe Leserinnen und Leser
- 7 Ernährungsbesonderheiten
- 7 Zu den Rezepten

Ratgeber

- 8 **Warenkunde**
 - 8 Speisefette
 - 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