

INHALT



Nudelsalat mit Ziegenkäse und Wassermelone	13	Baba Ganoush	37	Gyros-Auflauf mit Zucchini	61
Salat Niçoise mit Rindfleisch	14	Crostini mit Mozzarella	38	Tortillas mit Pute und Bohnen	62
Spinat-Pancetta-Salat	17	Gefüllte überbackene Zucchini	41	Hähnchenbrust mit Olivenkruste	65
Minestrone	18	Spanakopita aus Griechenland	42	Griechischer Nudelaufwurf	66
Spinat-Zwiebelsuppe	21	Türkisches Brot mit Feta und Gemüse	45	Kaninchenfilets unter der Polentahaube	69
Jakobsmuschel- Zitrusfrucht-Salat	22	Feigen mit Gorgonzola	46	Provenzalisches Hack- fleischgratin mit Zucchini	70
Spanische Tomaten- Paprika-Suppe mit Chorizo	25	Kräuterpolenta mit Gorgonzola	49	Mediterraner Tortellini-Auflauf	73
Orangensalat mit Rucola und Fenchel	26	Bruschetta mit Grillgemüse	50	Fischgratin auf marokkanische Art	74
Sardinensalat mit Mandeln	29	Tintenfisch mit Harissa und Tomaten	53	Moussaka im Kleinformat	77
Mangoldsalat mit Feta, Zwiebeln und Walnüssen	30	Patatas bravas	54	Kichererbsengratin's mit Lamm	78
Olive-Caprese-Salat	33	Weinblätter mit Lammfüllung	57	Tomaten-Halloumi-Gratin	81

HAUPTGERICHTE MIT
*Fisch und
Fleisch*

Boeuf bourguignon	85
Linguine mit Hummer und Spargel	86
Osso buco	89
Cannelloni mit Huhn und Ricotta	90
Griechischer Nudeltopf mit Auberginen und Kalbfleisch	93
Vermicelli mit Thunfisch, Oliven und Kapern	94
Katalanischer Fischtopf mit Meeresfrüchten	97
Spanischer Bohnentopf mit Chorizo	98
Oriental. Hähnchentopf	101
Minz-Auberginen- Couscous mit Lamm	102
Gebratener Schwertfisch mit Grapefruit-Avocado- Salsa	105
Mediterrane Kartoffelbällchen	106

VIELSEITIGE
*Vegetarische
Gerichte*

Zitronen-Safran-Risotto	111
Spanische Schicht-Tortilla	112
Sardische Ravioli	115
Omelett mit Kichererbsen	116
Marokkanisches Couscous	119
Gnocchi mit Gorgonzolasoße	120
Ricotta-Spinat-Gnocchi mit Tomatensoße	123
Safranreis mit Mandeln und Granatapfel	124
Fettucine mit Walnüssen und Knoblauchjoghurt	127
Maccheroncini mit gegrilltem Gemüse	128
Gebackene Polenta nach Toskana-Art	131

VERFÜHRERISCHE
Desserts

Blaubeer-Semifreddo	135
Rosenblätter-Gelee	136
Schokoladen-Latte-Cotto	139
Kirsch-Crêpes	140
Feigentörtchen	143
Orangenkuchen auf orientalische Art	144
Orangensorbet	147
Mandelparfait mit Zitrone und Zimt	148
Aprikosentorteletts mit Zitronenthymian	151
Nektarinengratin mit Pinienkernen	152
Orangencreme mit Pistazien	155
REGISTER	156
IMPRESSUM	160