

Inhalt

Vorwort 4
**Kommt mit auf meine kulinarische
Reise durch die Jahreszeiten**..... 6

Frühling

Erdbeer-Carpaccio 15
Gurkensalat mit gerösteten Erdäpfelwürfeln 17
Gratinierter Spargel mit Fächerkartoffeln
und Spiegelei 19
Panierter Spargel 21
Rahmgurken mit Erdäpfeln 23
Brokkoli-Karotten-Bratlinge 25
Nudeln in Brokkolisauce 29
Erdbeertorte mit Biskotten
und Topfen-Pudding-Creme 31
Erdbeer-Rhabarber-Mus 33
Nektarinenblechkuchen 35
7-Kräuter-Sirup 37
Pfefferminzsirup 39
Erdbeersirup 41

Sommer

Kohlrabi-Apfel-Salat 45
Blattsalat mit gerösteten Marillen und Feta 47
Schichtsalat mit Himbeerdressing 49
Sommerlicher Nudelsalat 51
Kalte Tomatensuppe 53
Zucchini-Paprika-Suppe 55
Klare grüne Gemüsesuppe mit Bröselknödel 57
Zucchiniomelette 59
Zucchinirollchen mit Gemüsefüllung 61
Tomatenkuchen 63
Überbackenes Bauernbrot mit Zucchini und Tofu .. 65
Käseknödel auf Tomaten-Erbсен-Ragout 67
Gefüllte Spitzpaprika 69
Erdäpfel-Kohlrabi-Auflauf 71
Tomatenfocaccia 75
Marillenbrötchen 77
Ribisel-Streusel-Muffins 79
Himbeer-Apfel-Tascherl 81
Himbeereis 83
Honigmilchreis mit Erdbeer-Himbeer-Sauce 85
Marillknödel 87
Kirschauflauf 89
Heidelbeer-Topfen-Joghurt-Creme 91
Heidelbeerstriezel 93
Heidelbeer-Pancakes 95
Marilleneistee 97
Marillen-Limes 99
Beerenmilchshake 101

Herbst

Hirsesalat mit Brokkoli und Karotten.....105

Klare Gemüsesuppe mit Porreestrudel.....107

Erdäpfel-Linsen-Gulasch.....109

Fisolen-Champignon-Suppe.....111

Champignoncremesuppe
mit Backofenchampignons.....113

Fenchel in Senfsauce.....115

Eierschwammerlgulasch mit Polentatalern.....117

Eierschwammerlroulade.....119

Zwiebelkuchen.....121

Kürbispüree mit Kräuterseitlingen.....125

Kürbisbrot.....127

Brombeer-Grießknödel.....129

Apfelmus.....131

Apfel-Topfen-Mascarpone-Torte.....133

Buchteln mit beschwipsten Zwetschken.....135

Brombeersirup.....137

Kalter Apfel-Melissen-Tee.....139

Hollerbeerenlikör.....141

Winter

Rosenkohlsalat mit Feta.....145

Rote Beete auf Salatbett.....147

Knoblauchschaumsuppe.....149

Sellerie-Erdäpfel-Suppe.....151

Ofenkarotten.....153

Zerschlagene Erdäpfel.....155

Erdäpfelpizza.....159

Spinat-Käse-Knödel.....161

Erdäpfelstrudel.....163

Karotten-Haferflocken-Weckerl.....165

Knoblauch-Kräuter-Faltenbrot.....167

Karottenkuchen.....169

Birnenmuffins.....171

Register.....174