

INHALT

SYLT – ZUHAUSE, INSPIRATION UND ORT MEINES SCHAFFENS	9
DER SÖL'RING HOF – KLEINOD AUF DER DÜNE	15

FRÜHLING

Wenn die Natur aus dem Schlaf erwacht	21
--	-----------

PRODUKTE DES FRÜHLINGS	26
-------------------------------	-----------

SNACK

Apfel, Knollensellerie, Verbene	33
Meeräsche, Buttermilch, Sonnenblumenkerne	37
Radieschen, Leinsamen, Eiskrautsalat	41
Kapuzinerkresse, Makrele, roter Rettich	44
Kapuzinerblüte, Speck	45
Norwegische Jakobsmuschel, Kirschblüte, Mandel	47

BROT

Nordische Focaccia	51
--------------------	----

MENÜ

Huchels Alpha, Holunder, Fichtensprosse, Kopfsalat	55
<i>Holunder-Grundrezepte</i>	58
Regenbogenforelle, Meerrettich, Kohlrabi, Apfel, Ziegenfrischkäse	61
Hummer hoch ⁵ , Gurke, Emmer, Joghurt	65
Steinbutt, Rapsknospen,	
grüner Spargel, Austern-Velouté	71
Kalbsbries, Brühe, Brokkoli	75
Frikassee vom Weidehuhn mit Liebstöckel und jungem Gemüse	79
Rhababer, Buttermilch, Zitronenthymian	83
Quark, Apfel, Sylter Rose	85

PETIT FOUR, PRALINE

Knusprige Apfelminze, Mieze-Schindler-Erdbeere	91
Kräuterbiskuit Vanille, eingelegte Rosenfrüchte	93
Warmer Mandelgrießkuchen, Himbeere, Sauerklee	95
Fichtensprosse, Eistee, Japanischer Knöterich	97
Waldmeister-Krustenpraline	99
Apfelblütenpraline	101

SONNTAGSKÜCHE	102
----------------------	------------

EXKURS: KRÄUTER – EIN GESCHMACKLICHES CHARAKTERBILD	121
--	------------

SOMMER	137
Wenn der Garten Hochsaison hat	139
PRODUKTE DES SOMMERS	144
SNACK	
Nordseekrabben, Sylter Sauce, Leinsamen	150
Herzmuschel, gebackene Flechten, Eismeergarnele	154
Auster, Sellerie, Apfel	157
Kaiserling, Kartoffel, Schafgarbe	159
Schwertmuschel, Dill, Apfel	163
Rehrücken, Senfkohl, grüner Wacholder	165
BROT	
Dinkelbaguette mit Algenbutter	167
MENÜ	
Stör, Staudensellerie, Estragon, Kaviar	171
Taschenkrebs, Wellhornschnecke, Seeigel, Sommergemüse	175
Knurrhahn en Papillote, Kapuzinerkakern, Ochsenherztomate	179
Steinköhler, Kamille, Aal, Felchenrogen	183
Schnecken, Erbse, Pfifferling, Malz, Minze	187
Salzwiesenlamm, Bete, Senf, Sauerrahm	191
Himbeere, Gewürztagetes, Amaranth, Joghurt	195
Aprikose, Salzwiese, Karamell	199
PETIT FOUR, PRALINE	
Rose, Buttermilch, Zitronenthymian	205
Heidelbeerkonfekt, Melisse	207
Sonnenblumenblüte, Sonnenblumenkern, Bronzefenchel	209
Nektarine, Sauerrahm, Verbene	211
Sommerblütenhonigpraline	213
SONNTAGSKÜCHE	217
EXKURS: GARTEN – EINE GRÜNE ÜPPIGE WELT	238

HERBST	241
Wenn Farben und Aromen tiefer, satter, intensiver werden	243
PRODUKTE DES HERBSTES	248
SNACK	
Geräucherte Kartoffel, Saiblingsrogen	255
Zwiebelgewächse, Frischkäse, Röstbrot	257
Senfkrapfen, Rotbarsch, Eismeergarnele	258
Fjordforellenbauch, grüner Wacholder	262
Fjordforellenrücken, Knospen vom wilden Knoblauch, Bouillon	263
Birne, Bohne, Speck	265
BROT	
Kartoffelbrot mit Sauerrahmbutter	267
MENÜ	
Kaisergranat, Bete, Kiefern	271
Jakobsmuschel, Karotte, Tintenfisch, Brunnenkresse, Karotte	275
Limandes, Waldpilze, Knödel, Thymiantee	279
Puntarella, Lauch, Mandel, Deichkäsesauce	283
Fasan, Trauben, Speck, Croûtons, Spitzkohl	287
Onglet, Mais, Gundermann, Steinpilz	291
Quitte, Getreide, Eberesche	255
Zwetschge, Portwein, Römischer Ampfer	299
PETIT FOUR, PRALINE	
Schaumkuss, Schlehe	305
Krapfen, Hagebutte	307
Konfekt, Haselnuss	309
Fruchtgelee, Sanddorn	311
Friesenkeks, Holunder	313
Rosenpraline	315
SONNTAGSKÜCHE	316
EXKURS: SYLTER ROYAL – DER WAHRE GESCHMACK VON SYLT	322

WINTER	325
Wenn die Natur zur Ruhe kommt	327
PRODUKTE DES WINTERS	332
SNACK	
Walnuss, Wurzelgemüse	339
Michel, Nussbutter, Hafer	341
Gedörrte Bete, Holunder	343
Marone, Portwein, Périgord-Trüffel	346
Wachteilegelb, Zitronenthymian, Périgord-Trüffel	348
Ochsenfilet, Rettich, Kieler Sprotte	351
BROT	
Geflügel-Schmalzbrot, Apfel, Schalotte	353
MENÜ	
Königskrabbe, Kürbis, Malz, Mangold	357
<i>Side Dishes</i>	360
Saibling, Krabbe, Katenschinken, Alge	365
Kabeljau, Brandade, Miesmuschel, Brunnenkresse	369
Topinambur, Sonnenblumenkerne, Junghennenei, Périgord-Trüffel	371
Schwarzfederhuhn, Schwarzwurzel, Preiselbeere, Champignon, Knollenziest	375
Hirschkalbsrücken, Birne, Rosenkohl, Blutwurst, Kerbelknolle	379
Estragon, Quark, weiße Schokolade	383
Moosbeere, Buchweizen, dunkle Schokolade, Melisse	387
PETIT FOUR, PRALINE	
Johannisbeerlaub	393
Herzkirsche	395
Mandarinenbrause	397
Hefe, Dörrapfel und Rosensecco	399
Eingelegte Brombeere, Armagnac	401
Mandelkrokantpraline	403
SONNTAGSKÜCHE	407
EXKURS: KÄSEHANDWERK IM LAND ZWISCHEN DEN MEEREN	415
Es ist Zeit, Danke zu sagen	418
Ein paar Worte zum Schluss	421
Vitae	423
Register	424
Impressum	432