

6

VORWORT

8

GEMÜSE UND GEWÜRZE

10

MEINE LIEBLINGSZUTATEN

254

MENÜVORSCHLÄGE

258

REGISTER

264

IMPRESSUM

| | | |
|--|---------------------------------|-----------------------|
| 12 | 94 | 164 |
| ARTISCHOCKEN | KOHL, KOHLRABI UND ROSENKOHL | ROTE BETE |
| 22 | | |
| AUBERGINÉN | 106 | 176 |
| 32 | KÜRBIS | RÜBEN |
| BLUMENKOHL, BROKKÖLI UND ROMANESCO | 118 | 184 |
| 44 | MANGOLD UND SPINAT | SCHWARZWURZELN |
| BOHNEN | 126 | |
| 52 | MÖHREN | 192 |
| ERBSEN UND ZUCKERSCHOTEN | 136 | SELLERIE |
| 62 | PAPRIKA | |
| FENCHEL | 146 | 202 |
| 70 | PASTINAKEN | SPARGEL |
| GURKEN | UND PETERSILIEN- WURZELN | 212 |
| 80 | | TOMATEN |
| KARTOFFELN UND SÜSSKARTOFFELN | 154 | 224 |
| | PILZE | TOPINAMBUR |
| | | 234 |
| | | ZUCCHINI |
| | | 244 |
| | | ZWIEBELN UND LAUCH |