

Inhalt

<i>Hinter den Kulissen</i>	7	Melonen-Avocado-Salat mit gebratenen Garnelen	61
<i>Snacks</i>	18	Süßkartoffelsuppe mit Venusmuscheln und Pak Choi	62
Kräuter-Parmesan-Stangerl	21	Spicy Polentasuppe mit Räucherforelle	65
Rührei spezial	22	Hühnersuppe mit Hummus und Avocado	66
Knusprige Arancini mit Mozzarella	25	Asiatische Suppe mit Hackfleisch und Erdnuss	69
Bosna mit Senf und Zwiebeln	26	Gerstlsuppe mit Aal	70
Bruschetta mit Ofenpaprika	29		
Apfelküchlein im Speck-Bierteig	30	<i>Pasta & Co.</i>	72
Pimp up my Faschingskrapfen – sweet & salty	33	Fusilli mit Mortadella und Pistazien	75
<i>Vorspeisen</i>	34	Spaghetti Carbonara	76
Avocado Roll mit Fenchel- Kapern-Vinaigrette	37	Spaghettini mit Speck und Kürbiskernöl	79
Senfei mit Kresse und Schneewittchen	38	Pasta mit Avocado und Burrata	80
Knusprige Summer Rolls mit Zucchini und Aubergine	41	Castellane mit Cima di Rapa	83
Steinpilze in Kirschvinaigrette	42	Mac and Cheese	84
Rote-Bete-Hummus mit Tempura-Zwiebeln	45	Pizza Calzone	87
<i>Salate & Suppen</i>	46	<i>Hauptdarsteller Geflügel</i>	88
Nudelsalat japanisch-mediterran	49	Huhn mit Miso, Schmorgemüse und Kumquats	90
Herbstlicher Raclette-Salat	50	Gegrillte Wachteln mit Soja-Lack	93
Glasnudelsalat mit Süßkartoffel und Soja-Vinaigrette	53	Hühnerbrust mit gratiniertem Chicorée	94
Romanasalat mit Räuchercreme	54	Korean Chicken mit Chinakohlsalat	97
Radicchio-»Tardivo di Treviso«-Salat mit Salami und Haselnüssen	57	<i>Hauptdarsteller Schwein & Rind</i>	98
Lauwarmer Bohnen-Paprika-Salat mit Pancetta	58	Gröstl Restlküche	100
		Blutwurstknödel	103
		Wiener Schnitzel mit Petersilien- kartoffeln und Gurkensalat	104

Cordon bleu	107
Rib-Eye-Steak mit Pfefferkruste	108
Hackbällchen mit Süßkartoffeln und Ananas	111
Der allerbeste Burger mit Erdnusssauce	112
Gefüllte Champignons	117
Rindergulasch mit Navetten	118

Hauptdarsteller Fisch & Meeresfrüchte 120

Weltbeste Paella	122
Reis-Bowl mit Ananas und Tuna	125
Safran-Fenchel-Risotto mit Steinbutt	126
Lachs im Tramezzino-Mantel	129
Gebeizter Lachs mit Kohlrabi-Melonen- Salat & Popcorn-Vinaigrette	130
Kohlrabi tonnato	133
Forelle mit Soja-Meerrettich-Marinade	134
Thunfisch mit Asia-Salat	137
Fischpflanzler mit Nori-Zitronen-Mayo	138
Seezunge mit Speckkartoffeln	141
Gratinierter Oktopus	142
Calamari mit Kürbis und Fenchel	145
Tomaten-Arme-Ritter mit Garnelen	146

Hauptdarsteller Gemüse 150

Gegrillter Spargel mit Bio-Sojasauce- Hollandaise	152
Gebratene Brösel-Kartoffeln mit Soja-Mayo	155
Gebratener Rosenkohl mit Speck und Curry	156
Shakshuka mit Wachteleiern	159
Gebratener Butter-Blumenkohl mit Miso	160
Kürbis-Puntalette	163
Polenta mit Spinat und Gorgonzola	164
Rote-Bete-Risotto mit Graukäse	167

Tortilla mit Lauch und Spargel	168
Linsencreme mit gegrillten Auberginen	171
Rote-Bete-Spätzle mit Äpfeln und Walnüssen	172
Grießnockerl mit Tomatensalat	175
Schlutzkrapfen	176
Zwiebeln im Salzteig	179
Erdäpfelbärlauchblattln mit Senfmayo	180
Gebackene Ziegenmilch mit Steinpilzen	183

Nachspeisen 184

Der weltbeste Bratapfel	186
Südtiroler Strauben	189
Gebackene Bananen	190
Milchreis	193
Topfen-Soufflé mit Rhabarber und Erdbeeren	194
Apfel-Heidelbeer-Kuchen	197
Gezogener Apfelstrudel	198

Register	200
Produktempfehlungen	202
Impressum	208