

Inhaltsverzeichnis

10 Vorwort

10 Vegan Queens

18 Gewürze. Salze. Öle.
Urlaub für die Sinne

26 Das Kräuterzeit Menü

22 Franziska Schmid — Veggie Love

30 Crostini mit hausgemachtem
Thymian-Pilz-Schmalz

33 Franziskas Bärlauch-Risotto
mit essbarer Blütenpracht

35 Franziskas Orecchiette
mit bunten Möhren, Sauerampfer
und Mandelsplittern

38 Tortellini mit Sauerampfer-
Pesto-Mandelricotta-Füllung

40 Petersilienkartoffeln
„International“

42 Cremiges Erdbeer-Basilikum-Eis
mit knusprigem Teigblatt

45 Erdbeer-Basilikum-Sorbet
mit Schoko-Knusperhaube

50 Das Detox vs. Dessert Menü

46 Laura Villanueva — Tausendsuend

Detox Menü

55 Rainbow Röllchen mit kunterbunter Füllung

57 Orange Glücksschüssel mit Kurkuma-Tahini-Dressing

58 Lauras saftiger Raw Carrot Cake

Dessert Menü

61 Horchata massiva
Mandel-Kakao-Dattel-Zimt-Milch

62 Himmlische Drei Zutaten
Peanut Butter Cups

64 Der beste Apfelkuchen der Welt
von Laura

67 Topfenknödel mit Vanillebröseln und
Himbeerröster

72 Das Pizza & Drinks Menü

68 Jule Zachow — Chaostheorie

76 Grundrezept Pizzateig

79 Aromatische Tomatensauce und
Schmortomaten

81 Calzone mit Spinat, Walnüssen,
Cashew-Mozzarella und Basilikum

85 Pizza mit lila Cashew-Sourcream,
hauchdünnen Kartoffeln und frischem
Rosmarin

86 Pizza mit Tomatensauce,
sautierten Pilzen, Cashew-Mozzarella
und Oregano

89 Süße Pizza mit Schokocreme,
Banane und Peanut-Crunch

Drinks

90 Jules Kirschblütenzauber

90 Jules Prenzlauer Berg Mule

92 Peggy Chan — Grassroots Initiatives & Zero Food-print Asia

97 Pikanter Gemüse-Meeresalgen-Salat

99 Peggys herzhaftes Porridge aus Urgetreide

104 Das Stullen Menü

100 Luisa Dlugay — Stullenbüro

109 Lila Brot

110 Schwarzes Brot

112 Schwarze Stullen
mit karamellisierter Möhrencreme
und erröteten Kichererbsen

115 Luisas Lila Stullen
mit Erdnuss-Rosmarin-
Rote-Bete-Pesto

117 Pulled Mushroom Sandwich
mit hausgemachter BBQ-Sauce
und rotem Coleslaw

122 Das Game of Thrones Menü

118 Elena Grimm & Franziska Schauren —
TofuTussies

127 „Wolf Bread“
Roggen-Sauerteig mit Fenchelsamen
und Nelken

128 „The Heart Tree“
Ofen-Blumenkohl mit essbaren Blüten

130 „The Khaleesi eats the heart out“
Süßkartoffel mit blutrotem
Chili sin Carne

133 „Ned Stark's Head“
Bösartige Zitronen-Marzipan-
Cakepops

134 „A Song Of Ice And Fire“
Bratapfel mit Salz-Karamell
und Eisblock aus roter Traube

140 Das Ganz-in-Weiß Menü

- 136** Lauren Wildbolz — vegan kitchen
- 144** Transparenter Birnen-Fenchel-Salat
- 147** Herrlicher Mandelfeta
- 149** Blumenkohlpüree mit geröstetem Knoblauch und Ofenspargel
- 150** Kalte Mandelsuppe mit Kohlrabi-Nudeln und Bärlauchöl
- 153** Weißes Sandwich mit Radicchio, Aquafaba-Mayonnaise, Rettich und Mandelfeta
- 154** Laurens rohköstliche Cherimoya-Torte

168 Das Noodle Doodle Menü

- 164** Lisa Müller — Lab Kitchen
- 172** Australian Avocado Bites
- 175** Lisas Drei-Nudel-Teller mit Matcha-Basilikum- & Cashew-Sauce
- 177** Papa(r)delle mit köstlichen Rahmschwammerl und bunten Semmelbröseln
- 178** Spaghetti Bohnonese
- 180** Falsche Ravioli mit Tropicana-Füllung und Himbeer-Coulis

156 Nina Curtis — Plant'ish & Co.

- 160** Ninas sonnig-gesunde Smoothie-Bowl
- 163** Sellerie-Pasta mit Dried-Tomato-Pesto und Kräuter-Oliven

186 Das Weihnachtsmenü

- 182 Catharina Bernhardt — Happenpappen
- 190 Zweierlei Hummüsse:
Steckrüben-Hummus &
Cathys Rosenkohl-Hummus
- 193 Miso-Pilzsuppe mit Grünkohl-
Fritatten und Weihnachtsbäumen
- 194 Deutsch-Österreichische
Freundschaft: Erdäpfelkas meets
Kartoffelsalat
- 196 Cathys himmlische Christmas Bowl
- 199 Hokkaido-Kürbis
mit Maronen-Quinoa-Füllung
und hausgemachtem blauem
Sauerkraut
- 200 Luftige Aquafaba Schokomousse

206 Das Refugees Welcome Menü

- 202 Theresa Helmich & Sarah Lebkücher —
No58 Speiserei
- 210 Afghanische Sambosa
Teigtaschen mit herzhafter
Füllung & Erbsenfalafel
- 212 Muhammara & Tarator
Syrische Paprikapaste und
libanesischer Tahini-Dip
- 215 Anas Koriander-Knoblauch-
Kartoffeln
- 217 Baingan Tamatar
Pakistanisches Auberginencurry
- 219 Sarah und Therasas fast
traditioneller Maracuja-
Käsekuchen
- 220 Zarda
Opulenter Reispudding
aus Pakistan

222 Gefen Cohen — Café Pilz

- 226 Sommerlicher Brotsalat
- 228 Gefens veganer Labneh

234 Das David Bowie Tribute Menü

- 230** Nina Kränsel — Let It Be
- 238** „The Rock’n Roller“
Buffalo Wings
- 241** „The Modernist“
Marinierter Rettich
- 242** „The Hippie“
Frittierte Holunderblüten
- 244** „Ziggy Pie-Dust“
Sheperd’s Pie
- 247** Ninas Bowie Burger
mit Rote-Bete-Kichererbsen-Patty
und Raunchy Remoulade
- 248** „Rock God meets The King“
Ninas Schokocrêpe
mit Peanutbutter-Nicecream

251 Rest

- 251** Danksagung
- 252** Team
- 253** Die Queens
- 254** Register
- 262** Impressum