

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>GRUNDWISSEN</b>	<b>FERTIGGERICHTE</b>		
Vorwort	4	Linseneintopf	59
		Ravioli	60
<b>VORSPEISEN I SUPPEN</b>	<b>FLEISCHGERICHTE</b>		
Brokkolicremesuppe	22	Bratwürste (roh)	61
Tomatensuppe	23	Cordon bleu	62
<b>SALATE</b>	<b>KARTOFFELGERICHTE</b>		
Gurkensalat	26	Bratkartoffeln	70
Kopfsalat	28	Kartoffelpüree	72
Möhrensalat	31	Pellkartoffeln	75
<b>GEMÜSE I FRISCH</b>	Salzkartoffeln	76	
Blumenkohl	33	<b>TEIGWAREN</b>	
Brokkoli	35	Spaghetti	78
Möhren	37	Spätzle	80
<b>GEMÜSE I TIEFGEKÜHLT</b>	<b>REISGERICHTE</b>		
Erbsen und Karotten	39	Gemüsereis	82
Rahmspinat	41	Reis	87
<b>GEMÜSE I AUS DER DOSE</b>	<b>EIERSPEISEN</b>		
Erbsen	43	Pfannkuchen	89
Rotkohl	45	Omelett	92
<b>BACKOFENGERICHTE</b>	<b>SOSSEN</b>		
Kartoffelgratin	47	Hackfleischsoße (Bolognese)	94
Pizza (Fertiggericht)	50	Schinken-Sahne-Soße (Carbonara)	96
Pizza „Salami“	51	Käsesoße	99
Pommes frites für den Backofen	55	<b>DESSERTS</b>	
Toast „Hawaii“	57	Mousse à la Vanilla	100
		Quarkfein Erdbeer	102
		Schokoladencreme ohne Kochen	104
		Schokoladenpudding	105
<b>KUCHEN UND SÜSSSPEISEN</b>			
		Käsekuchen	107
		Marmorkuchen	112
		Waffeln	117