

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	13
1 KRÄUTER	17
Basilikum	19
Bohnenkraut	19
Dill	20
Estragon	21
Kerbel	23
Knoblauch	24
Kräuterstrauß	25
Kresse	26
Lorbeer	27
Majoran und Oregano	28
Minze	29
Petersilie	30
Rosmarin	32
Salbei	32
Schnittlauch	34
Thymian und Quendel	34
Ysop	36
2 GEWÜRZE	37
Chili und Paprika	39
Curry	40
Fenchel	41
Ingwer	42
Kardamom	43
Koriander	43
Kreuzkümmel	44
Kümmel	45
Muskat und Macis	46
Nelke	47
Pfeffer	48
Safran	49

Sternanis	50
Wacholder	51
Zimt	52

3 SAUCEN UND MAYONNAISEN 55

Vinaigrette	57
Anchovis-Dip	57
Barbecue-Sauce	58
Kräuterbutter	59
Schneckenbutter	60
Anchovisbutter	61
Mayonnaise	61
Mayonnaise mit Eischnee	62
Leichte Mayonnaise	62
Pikante Mayonnaise	62
Kräutermayonnaise	63
Tomatenmayonnaise	63
Aïoli	63
Provenzalische Fischsauce	64
Sauce Tatare	66
Provenzalische Kapernsauce	66
Béchamelsauce	67
Einfache Béchamelsauce	68
Sauce Mornay	68
Leichte Weiße Sauce	69
Champignonsauce	69
Zitronensauce	69
Currysauce	69
Holländische Sauce	70
Feine Buttersauce	71
Sauerampfer-Sauce	72
Sauce Béarnaise	73
Tomatensauce	74
Füllung und Sauce nach Bologneser Art	75
Paniermischung	77

4 SUPPEN	79
Gazpacho	81
Vichyssoise (Kalte Kartoffel-Lauch-Suppe)	82
Avocadocreme	83
Knoblauchsuppe „Tourin“	83
Sauerampfersuppe mit Kerbel	84
Kräftige Gemüsesuppe	85
Gemüsesuppe mit Pistou	87
Kohlsuppe mit Roquefort	88
Bohnensuppe nach provenzalischer Art	89
5 VORSPEISEN UND SALATE	93
Spinatsalat	95
Gurkensalat	95
Weißkohlsalat	96
Bunter Salat mit Kräutern	97
Salade Niçoise	98
Festlicher Salat aus dem Périgord	99
Geflügelsalat	100
Tabbouleh	101
Sandwich provenzalisch	102
Marinierte Paprika	103
Auberginen-Creme	104
Spargel	105
Artischocken gekocht	106
Überbackene Artischocken	107
Zucchini mit Reis-Käse-Kruste	108
Eier auf Sauerampfer und Kerbel	109
Eiertürmchen	110
Baskische Rühreier	111
Dänischer Eierkuchen	112
Kartoffelomelett gebacken	113
Crêpes mit Champignons	114
Blinis (Russische Pfannkuchen)	115
Provenzalischer Zwiebelkuchen (Pissaladière)	116
Quiche mit Weinbergschnecken	117
Kartoffelkuchen	119
Tomatenkuchen mit Basilikum	120

Spinattorte	121
Käsekrapfen aus Brandteig	122
Lasagne Bolognese	123
Nudeln mit Basilikum	124
Hirn frittiert	125
 6 GEMÜSE	 127
Glasierte Karotten	129
Glasierte Rübchen	129
Erbsen nach französischer Art	130
Blattspinat	131
Gurkengemüse	132
Fritierte Petersilie	133
Gedünstete Champignons	133
Tomaten provenzalisch	134
Auberginen überbacken	135
Gefüllte Auberginen	136
Ratatouille aus Nizza	137
Überbackene Ratatouille	139
Geschmorte Sellerieherzen	140
Geschmorte Fenchelherzen	141
Chicorée in Sahne	142
Endivienpastete	143
Rotkohl	144
Gemüsepüree	145
Feine Bratkartoffeln	147
Gratin Dauphinois	148
 7 FISCH UND MEERESFRÜCHTE	 149
Fisch vom Holzkohlengrill	151
Gegrillter Lachs	152
Gegrillte Barbe	153
Seearben mit Anchovisbutter	154
Gegrillte grüne Heringe mit Sauerampfersauce	155
Süßwasserfische im Ofen gebacken	157
Steinbutt mit Schalotten	158
Knurrhähne im Ofen gebacken mit Anchovisbutter	159

Goldbrasse mit frischem Koriander	160
Seeteufel in der Folie	161
Seeteufel am Stück gebraten	162
Seezunge Müllerin	164
Forellen mit Mandeln	165
Schollen paniert	166
Gedämpfte Barbe	166
Forellen aus dem Sud	167
Seezungen in Sahnesauce	168
Rochen in Kapernsauce	170
Rochen nach kreolischer Art	171
Aal in grüner Sauce	172
Thunfisch nach indischer Art	174
Tintenfische in pikanter Sauce	175
Fischterrinen in Aspik	176
Seeaal-Suppe mit Kräutern	179
Südfranzösische Fischsuppe	180
Nordfranzösische Fischsuppe	182
Muschelsuppe	184
Jakobsmuscheln in Butter	185
Jakobsmuscheln in Lauchsauce	186
Nudeln mit Herzmuscheln	187
Kammuscheln in Schneckenbutter	188
Muscheln nach bretonischer Art	189
Muschelsalat mit Basilikum	190
Gesottene Krebse	191
Festlicher Salat mit Krustentieren	192

8 FLEISCH 195

Fleisch vom Grill	197
Gegrilltes Rinderfilet nach normannischer Art	198
Pikantes Grillfleisch vom Rind	199
Tournedos mit Kräuterbutter	200
Roastbeef mit Gemüse garnitur	201
Schmorfleisch in Rotweinsauce	202
Tatare	203
Rindfleischsülze	204
Kalbsschnitzel in Kräutersauce	206
Frikandeau mit grünem Pfeffer	207

Kalbfleisch-Schmortopf mit Möhren	209
Kalbfleisch-Schmortopf aus Nizza	210
Kalbfleischragout mit Kräutern	211
Gefüllte Kalbsbrust	212
Osso Buco Milanese	214
Kalbsleberbraten mit frischen Kräutern	216
Feine Hackfleischpastete	217
Gegrillte Schweinerippchen	219
Schweinekoteletts mit Kräutern der Provence	221
Schweinefilet mit Salbeisauce	222
Schulterbraten mit Salbei	223
Schlegelbraten vom Jungschwein mit Kräutern der Provence	224
Jungschwein-Ragout	225
Provenzalische Fleischklopse	227
Hammelkeule „Bäckerin“	228
Hammelkeule mit Nieren gefüllt	229
Hammelschulter mit Kartoffeln und Tomaten	231
Lammkoteletts mit Thymian	231
Lamm mit Kräutern	232
Lammbraten mit Kräutern	232
Lamm oder Zicklein in Gelee	234
Eintopf aus der Champagne	236

9 GEFLÜGEL UND WILD 239

Geflügelleber-Spießchen	241
Hähnchen-Blitzrezept	241
Brathähnchen vom Holzkohlengrill	242
Mariniertes Hähnchen nach amerikanischer Art	243
Gebratenes Knoblauchhähnchen	244
Poularde im Salzbett	245
Hähnchen in Estragonsauce	247
Hähnchentopf nach baskischer Art	248
Indischer Hähnchentopf	249
Hähnchen-Curry	251
Gebratene Jungenten	252
Entenbrüstchen nach Gascogner Art	253
Gänseragout	255
Täubchen mit Bohnenkraut	256

Fasan mit Sauerkraut	257
Kaninchen mit Backpflaumen	259
Kaninchen mit provenzalischer Kapernsauce	260
Gefülltes Kaninchen	262
Gedünstetes Kaninchen in Schneckenbutter	263
 10 NACHSPEISEN UND KONFITÜREN	 265
 Frischkäse nach Art der Seidenweber	 267
Ziegenkäse in Olivenöl	268
Blätterteig-Häppchen mit Roquefort	269
Pfirsiche mit Minze	270
Crème Caramel	271
Mousse au Caramel	273
Einfacher Mübeteig	274
Süßer Mübeteig	275
Windbeutel aus Brandteig	276
Pflaumenkuchen vom Blech	278
Zitronentorte	279
Johannisbeer-Baiser	280
Die berühmte „Torte der Fräulein Tatin“	281
Apfelkuchen mit Zimt	282
Lyoner Kuchen	284
Gedeckter Kirschkuchen	285
Amerikanischer Käsekuchen	286
Orangenmarmelade	287
Rhabarbermarmelade	288