

Spiegelei ist auch mal lecker

Geschichten aus dem Sauerland
über die wirklich wichtigen Dinge im Leben
mit ein paar Anregungen fürs Kochen

von
Thomas Dülberg

Ardey-Verlag
Münster 2018

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

© 2018 Ardey-Verlag GmbH, Münster
ISBN 978-3-87023-402-7

Umschlagabbildung: © paseven / Fotolia
Satz und Layout: Susanne Mende
Druck und Verarbeitung: Schaltungsdienst Lange oHG, Berlin
Gedruckt in Deutschland.



Über Essen und Trinken schreiben	7
Geölt: ein sachdienlicher Hinweis	11
Grundeinstellung Schweinefilet mit EstragonsaUCE	13
Warum der Pfefferpotthast so heißt Westfälischer Pfefferpotthast	17
Martin „äppt“ Gulasch	21
Erst Flipper, dann Rimini Ossobucco	25
„Schmat“ für Kinder Kabeljau mit Spinat	29
Metzger meines Vertrauens Geschmorte Rippchen	33
Italiener due Auberginen-Röllchen	37
Salat-Bar Spargel-Brot-Salat	41
Winnetou 45 Jahre später Spare Ribs	45
Gesund ist anders Frikadelle	49
Keine Hölle bei Mustermann & Sohn Apfel-Streuselkuchen	53
Gartenfreundschaften Lammkoteletts	55
Gegeneinladung Fisch aus der Dose / Spaghetti mit Ziegenkäse	57
Der Biergarten nebenan Schweinshaxen mit Biersauce	60
Fondue Tomatenketchup	65
Nutella, in Italien anders Cupcakes mit Nutella	69
Opa, iPad und Webciety Hühnerfrikassee	71
Wurst und Curry Currysauce	75
Roter Chardonnay Forelle aus dem Backofen	79
Südafrika Bobotie	83
Koloss Grünkohl	87
Happy Steak Steak	91
Bloß kein Kochkurs Weidelammrücken	95
Irgendwas kocht immer „Strammer Max“ in der Luxusversion	99
Weihnachten Rinderroulade	103
Apropos Spiegelei Spiegelei	107