

# 01

## **GRUNDLAGEN**

- Get Cosy! – **6**
- Saisonhelden und wärmende Begleiter – **8**
- Grundrezepte für Gemüsebrühe – **10**
- Saisonkalender für Gemüse und Obst – **12**

Wirsingeintopf mit Räuchertofu – **30**

Miso-Ramen mit Sesam – **32**

Grüne Gemüsesuppe mit Schnittlauch-Öl – **34**

Winterminestrone mit Grünkohl – **36**

Harira mit Amarant und Linsen – **38**

Quinoa-Chili mit Röstgemüse und Avocado-Limetten-Creme – **40**

Rosenkohltarte mit Haselnüssen – **54**

Spicy Fächerkürbis mit Chili-Honig-Glasur und Feta – **56**

Cannelloni mit Rucolafüllung und Pinienkernen – **60**

Zwiebelkuchen mit geräucherten Champignons – **62**

Ofencamembert mit Briochekekranz – **64**

Veggie-Moussaka mit Belugalinsen – **66**

# 02

## **SUPPEN & EINTÖPFE**

- Brokkoli-Cheddar-Suppe mit Mandelblättchen – **16**
- Zwiebelsuppe mit Thymian und Gruyère-Crostini – **18**
- Maronencremesuppe mit Estragon und Preiselbeerbirnen – **20**
- Geröstete Tomatensuppe mit Reis – **22**
- Rote-Bete-Eintopf mit Linsen und Meerrettichcreme – **24**
- Süßkartoffelsuppe mit Erdnüssen – **26**

# 03

## **OFENLIEBLINGE**

Buntes Röstgemüse mit cremiger Polenta – **44**

Flammkuchen mit Süßkartoffeln, Radicchio und Gorgonzola – **46**

Belugalinsensalat mit Röstkürbis, Ziegenkäse und Mango-Chutney – **48**

Waldpilzgalette mit Ziegenkäse und Thymian – **50**

Cremiges Gemüsegratin mit Farfalle – **52**

## **KARTOFFELN & KOHL**

Kartoffel-Shakshuka mit Kräuteröl – **70**

Kumpir mit Buchweizensalat und Rotkohl – **72**

Kartoffelgulasch mit Spitzkohl – **74**

Pierogi mit Kartoffel-Quark-Füllung, Schmorzwiebeln und Sauerrahm – **76**

Schupfnudeln mit Apfel-Sauerkraut – **78**

# 04

Kartoffel-Waffeln mit Schnittlauch und Spiegelei – **80**

Kartoffelwedges mit Sesam und Harissa-Aioli – **82**

Blumenkohl-Curry mit Kichererbsen und Zitronengras – **86**

Bigos – Polnischer Sauerkraut-Pilz-Schmortopf – **88**

Kartoffel-Zwiebel-Gratin mit Scamorza – **90**

Wirsingrouladen mit Linsen und Champignons – **92**

Plantbullar mit Kartoffel-Grünkohl-Stampf – **94**

Tortilla mit Röstpaprika, Feta und Salsa verde – **96**

## 05

### PASTA, REIS & CO.

Pilz-Bourguignon mit Bandnudeln – **100**

Würzige Mie-Nudeln mit Ingwer und Sesam – **102**

Cremige Kürbis pasta mit Salbei – **104**

Pasta e fagioli mit Gremolata – **106**

Herbstliches Risotto mit Birne und Gorgonzola – **108**

Wurzelgemüse mit Couscous und Kichererbsen – **110**

Käsespätzle mit Comté und Lauch – **114**

Scharfe Mac 'n' Cheese mit Kimchi und Knoblauchcrunch – **116**

Pfifferlingsknödel mit Rahmlauch – **118**

Herbstlicher Salat mit gebratenen Maultaschen – **120**

Cremige Risoni mit Thymian und Pinienkernen – **122**

Graupen-Möhren-Pilaw mit Kürbis und Süßkartoffeln – **124**

Crème brûlée mit karamellisierten Clementinen – **132**

Kürbispancakes mit fluffiger Ahornsirupbutter – **134**

Germknödel mit Heidelbeerfüllung und Vanillesauce – **136**

Zimtiges Porridge mit Honigbeeren – **138**

Apfel-Marzipan-Strudel mit Mandelkrokant – **142**

Bratäpfel mit Haferflocken-crumble und Pekannüssen – **144**

Winterliches Honig-Bananen-Brot – **146**

Chai-Milchreis mit Zimtkirschen – **148**

Pflaumen-Orangen-Crumble mit Walnussstreuseln – **150**

Schoko-Gewürzbirnen-Auflauf – **152**

## 06

### SÜSSES FÜR DIE SEELE

Kaiserschmarren mit Apfel-Vanille-Kompott – **128**

Belgische Waffeln mit warmer Schokolade – **130**

Register – **154**

Dank – **158**

Noch mehr Bücher – **158**

Über die Autorin & über die Fotografin – **159**