

INHALT

Vom Gärtnern,
Gären und Garen 6

Fermentation:
Die Kunst des Vergammelns 8

REZEPTE

Fermentiertes Gemüse 14

Dips, Dressings & Aufstriche 32

Salate, Suppen & Snacks 48

Hauptspeisen 92

Desserts & Getränke 164

Rezept- und Zutatenregister 184

Team 188