

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