

INHALT

EINFÜHRUNG 4

GRÜNES GEMÜSE

<i>Artischocken</i>	8
<i>Grüner Spargel</i>	16
<i>Dicke Bohnen</i>	24
<i>Brokkoli</i>	30
<i>Kohl</i>	36
<i>Staudensellerie</i>	42
<i>Zucchini</i>	50
<i>Fenchel</i>	62
<i>Grüne Bohnen</i>	68
<i>Lauch</i>	74
<i>Erbsen</i>	78
<i>Rucola</i>	86
<i>Salat</i>	92
<i>Spinat</i>	100

ROTES GEMÜSE

<i>Paprika</i>	108
<i>Mangold</i>	118
<i>Tomaten</i>	128

SONNENFARBENES GEMÜSE

<i>Chicorée</i>	140
<i>Karotten</i>	144
<i>Blumenkohl</i>	152
<i>Pilze</i>	158
<i>Zwiebeln</i>	166
<i>Kartoffeln</i>	172
<i>Kürbis</i>	184

LILA GEMÜSE

<i>Auberginen</i>	196
<i>Rote Bete</i>	206
<i>Radicchio</i>	212
<i>Rotkohl</i>	218

<i>Register</i>	220
<i>Danksagung</i>	223