

G

... *Wämmi*
E



DIE BESTEN REZEPTE

Texte und Rezepte von
Monika Kellermann

Fotografiert
von Susi und Pete A. Eising

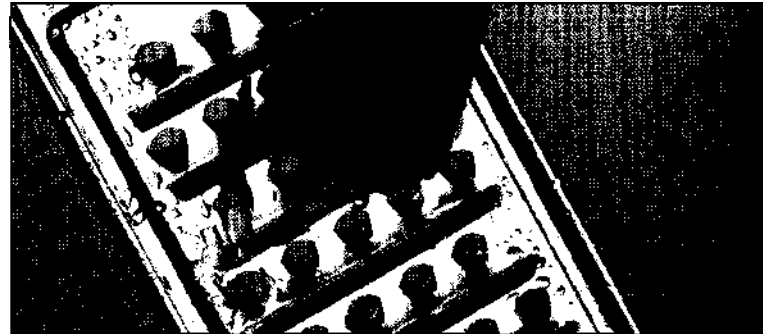

ZABERT
SANDMANN
VERLAG

Inhalt

6 VORWORT

9 WARENKUNDE UND KÜCHENTECHNIK

Ein Führer durch den Gemüsegarten:
Wann haben die Gemüse Saison
und wie lassen sie sich am besten
vor- und zubereiten?



31 VORSPEISEN

Die farbige Palette internationaler
und einheimischer Vorspeisen
stimmt auf eine gute Mahlzeit ein.



47 SALATE UND ROHKOST

Mit einem phantasievollen Dressing
wird Rohkost zum Auftakt eines
Essens, zur Zwischenmahlzeit
oder zum Hauptgang.



57 SUPPEN

Von der leichtesten Bouillon
bis zum deftigen Eintopf - Gemüse
spielt bei allen Suppenvariationen
die Hauptrolle.





BEILAGEN 77

Gemüsebeilagen, gemischt oder solo, bringen Frische auf den Tisch, sie krönen das Menü und runden es durch Farbakzente ab.

HAUPTGERICHTE 85

Gefüllt oder gebraten, mit Reis oder Nudeln abwechslungsreich zubereitet - all diese Gerichte mit ihren schier unbegrenzten Möglichkeiten zum Variieren schmecken vorzüglich und sind ebenso sättigend wie ein Braten.

EINMACHEN UND EINLEGEN 131

Die altbewährten, selbstgemachten, würzigen oder süßsauen Spezialitäten aus Großmutter's Rezepteschatz sind heute wieder allorts gefragt.

fr

REGISTER 138