

Annemarie Wildeisen

Fleisch *schnell garen*
bei Niedertemperatur

**Kleine Fleischstücke
sanft zubereitet**

ÄT Verlag

Inhalt

- 7 Vorwort
- 8 Einleitung
Kleine Fleischstücke - perfekt gegart
- 14 Geflügel und Kaninchen
Zart und delikat
- 34 Kalbfleisch
Fein und vielfältig
- 56 Schweinefleisch
Würzig und saftig
- 72 Rindfleisch und Lamm
Kräftig und charaktervoll
- 98 Beilagen
Originell und schnell
- 107 Rezeptverzeichnis