

Christiane Hof

Köstlich kochen ohne Milchzucker

Ehrenwirth

Inhalt

Vorwort	6
Hinweise und Tipps.	10

Vorspeisen

Honigmelone mit Schwarzwälder	
Schinken.	14
Kalter Braten mit kalter	
Rotweingelee-Soße.	14
Makrele mit Meerrettich.	15
Spargel-Schinken-Röllchen.	16

Suppen

Gemüsesuppe.	15
Klare Gemüsesuppe.	16
Knackige Gemüsesuppe.	17
Kräutersuppe.	17
Spinatsuppe.	18

Hauptgerichte

Aufläufe	21
Chicoreeaufauf.	21
Schales (Kartoffelkuchen mit Lauch)	22
Sauerkrautaufauf.	22

Geflügel

Chinesische Putenpfanne.	23
Hähnchen mit Ananas.	23
Hähnchen mit Apfelfüllung	
auf Wirsing.	24
Hähnchenfilets unter Blätterteig	25
Hähnchen-Reis-Pfanne.	25
Hähnchen im Römertopf mit	
RotweinsöÙe.	26
Hähnchenbrustfilets mit Spinat	
und Kartoffeln.	26
Griechischer Schmortopf.	27

Hackfleischgerichte	28
Frikadellen.	28
Gefüllte Hackfleischrolle.	28
Gefüllte Paprika im Römertopf.	29
Gefüllte Tomaten.	29
Hackbraten.	30
Hackbraten mit Würstchenfüllung	31
Hacksteaks mit ChampignonsoÙe	32
Kartoffel-Hackfleisch-Rolle.	33

Rindfleischgerichte

Rinderbraten mit Kräuterhaube.	34
Rotweinbraten.	35

Schweinefleischgerichte

Schweinebraten mit Ingwerkruste	37
Altdeutscher Bierbraten.	38

Wildgerichte

Wildgerichte.	39
Hasenfilets im Wirsingmantel.	39
Hasenrücken.	40
Hirschgulasch in RotweinsöÙe.	41
Wildgulasch.	42
Wildschweinmedaillons mit Pilzen	43

Kartoffelgerichte

Kartoffelgerichte.	44
Gefüllte KlöÙe.	44
Kartoffeln mit Mandeln und Rucola	45
Kartoffeln mit Mandeln und Spinat	46
Kartoffelsalat	46
Kartoffelkuchen.	47
Kartoffelwaffeln.	47

Nudelgerichte

Nudelgerichte.	48
Bandnudeln mit HacksoÙe.	48
Lasagne.	48
Nudeln mit Broccoli.	50

Nudeln mit Blumenkohl- Romanesco-Soße.	51	Champignon-Kartoffelpfanne.	71
Nudeln mit Tomaten und Zucchini . . .	51	Gebackene Maiskolben.	72
Spaghettisalat mit Pilzen.	52	Gefüllte Zucchini.	72
Pizza.	53	Gurkengemüse mit Reis.	73
Pizza-Grundrezept.	53	Kartoffelgemüse.	74
Soßen.	55	Möhrengemüse.	74
Dunkle Mehlschwitze.	55	Paprikagemüse aus dem Römertopf . . .	75
French Dressing.	55	Rosenkohl aus dem Römertopf.	76
Helle Mehlschwitze.	56	Süßer Spinat	76
Kalte Apfelsoße mit Weingelee.	56	Nachspeisen.	77
Kalte Rotweingelee-Soße.	57	Apfelringe in Bierteig.	77
Luau-Soße.	57	Birnen in Rotwein.	77
Mayonnaise.	58	Erdbeereis-Sorbet	78
Pariser Soße.	58	Nektarinen-Sorbet	78
Remouladensoße.	59	Schnelleis für Kinder.	79
Rote Grundsoße.	59	Sojaeis Banane-Erdbeer.	80
Rotweingelee-Soße.	60	Sojaeis Nektarine-Ananas-Banane . . .	81
Scharfes Olivenöl.	60	Wackel-Apple.	82
Sojasahnesoße für Salat	61	Zitronen-Sorbet.	82
Sojayoghurtsoße für Salat	61	Backwaren.	83
Südamerikanische Tomatensoße.	62	Kuchen.	83
Tomatenmayonnaise.	62	Eierlikörkuchen.	83
Tomatensoße.	63	Mürbeteig für Tortenböden.	84
Vinaigrette Sauce.	63	Nusskuchen.	85
Beilagen.	66	Pao de L6.	86
Blech kartoffeln.....	66	Rotweinkuchen.	87
Churros (Safrangebäck).	66	Streuselkuchen.	88
Herzoginkartoffeln.	67	Weinkuchen oder Apfelsaftkuchen . . .	89
Kartoffelklöße aus gekochten		Plätzchen.	90
Kartoffeln.	68	Anisplätzchen.	90
Kroketten.	68	Marzipanbrezel	90
Kartoffelpüree.	69	Marzipanplätzchen mit Zuckerguss . . .	91
Möhren-Kartoffel-Püree.	69	Weihnachtsplätzchen	
Pfälzer Klöße.	70	mit Himbeerkonfitüre.	92
Gemüse.	71	Schneehäubchen.	93
Ananas-Sauerkrautauflauf.	71	Süße Plätzchen.	94
		Spritzgebäck	95