



DAS GROSSE BUCH VOM

Obst

**Wissen, Information
und Knowhow,
Küchenpraxis
und Rezepte**

Odette Teubner

Andreas Miessmer

Dr. Helga Buchter-Weisbrodt

Hans-Georg Levin

Warenkunde

Historisches

Wissenswertes über Anbau, Herkunft und Verbreitung der verschiedenen Obstsorten über Jahrhunderte und Kontinente hinweg.

1 0 Allgemeine Entwicklungen

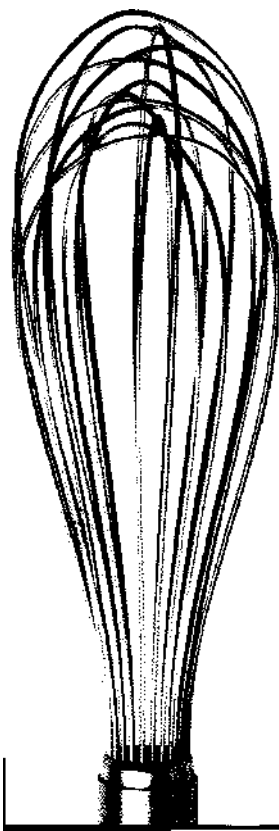
Zuchtziele früher und heute.

12 Ernährungsphysiologische Daten

Infos zu Energie-, Vitamin- und Mineralstoffgehalt, bioaktiven Substanzen und anderen wichtigen Inhaltsstoffen.

14 Obst-Lexikon

Interessante Produktinformationen und Hintergrundwissen: von Kern- und Steinobst über Beerenobst bis hin zu Schalenobst und Südfrüchten. Ein hilfreicher Einkaufsratgeber für heimische Obstarten und gängige Exoten. Profi-tipsps zum Erkennen von Qualität beim Einkauf und Hinweise von Experten zur Lagerung der empfindlichen Ware. Alle Produkte mit botanischen, umgangssprachlichen und fremdsprachigen Bezeichnungen.



106 Küchenpraxis

1 0 8 Saft- und Markgewinnung

Fruchtpüree, Kaltensaften und Dampfensaften.

I 1 0 Süßen, Binden und Gelieren

Die wichtigsten Produkte - Zucker und Rübenkraut, Agar Agar und Gelatine. Mit Grundrezepten zu Läuterzucker, Pektin, Grütze und Kompott.

II 6 Garnieren und Verzieren

Raffinierte Fruchtsaucen zubereiten und tolle Muster damit zaubern. Schnitzereien aus Obst, sowie Chips, Kristalle und kandierte Früchte.

12 6 Geräte und Hilfsmittel

Unentbehrliche Gerätschaften für die Obstverarbeitung.



1 28 **Rezepte**

1 28 **Vorspeisen, Snacks & Suppen**

- | | | | |
|------|------------------|------|--------------------------|
| 1 30 | Fruchtige Suppen | 1 38 | Snacks international |
| 1 32 | Salate mit Obst | 1 42 | Fruchtige Überraschungen |

1 U **Hauptgerichte mit Obst**

- | | | | |
|------|------------------------------|-------|----------------------|
| 1 46 | Vegetarisch pur | 15 6 | Mit Geflügel |
| 1 52 | Mit Fisch und Meeresfrüchten | 1 6 0 | Mit Fleisch und Wild |

1 66 **Desserts**

- | | | | |
|------|----------------------------|-------|----------------------------------|
| 1 68 | Farbenfrohe Fruchtsalate | 1 8 0 | Süße Ravioli & Co. |
| 1 70 | Grütze und Kaltschale | 18 2 | Himbeer-Mango-Terrine |
| 1 72 | Aus dem Rohr: Obstaufläufe | 1 8 4 | Mille-feuille & Dalken |
| 1 74 | Knusprig umhüllt | 1 8 6 | Mariniert, pochiert & arrangiert |
| 1 76 | Zweimal Pfirsich | 1 8 8 | Fruchtsüppchen |
| 1 78 | Rundum köstlich: Knödel | | |

1 90 **Eis & Getränke**

- | | | | |
|------|-----------------------------|-------|------------------|
| 1 92 | Eis und Halbgefrorenes | 1 9 6 | Sorbet & Granite |
| 1 94 | Eisvariationen mit Früchten | 1 9 8 | Getränke |

200 **Backen**

- | | | | |
|-----|-------------------------|-------|--------------------------|
| 202 | Obstkuchen | 2 1 2 | Dünn ausgezogen: Strudel |
| 204 | Köstliche Kiwi-Torte | 2 1 4 | Muffins & Windbeutel |
| 206 | Beerenkuchen | 2 1 6 | Obstrolle & Fruchtwürfel |
| 208 | Mit Baiser & Streusel | 2 1 8 | Konfekt mit Früchten |
| 210 | Mit Früchten der Saison | | |

220 **Einmachen, Einlegen & Konservieren**

- | | | | |
|-----|-----------------------|-------|----------------------|
| 222 | Früchte einkochen | 2 3 2 | Gelee & Konfitüre |
| 226 | Trocknen & Einfrieren | 2 3 6 | Vielseitiges Kompott |
| 228 | Chutney & Senfrüchte | 2 3 8 | Eingelegt in Rum |

- 242 Glossar - küchentechnische Fachbegriffe von Aprikotieren bis Karamellisieren
244 Register - die Warenkunde von A - Z und sämtliche Rezepte auf einen Blick
248 Impressum

Wenn nicht anders angegeben, sind die Rezepte grundsätzlich für 4 Portionen berechnet.