

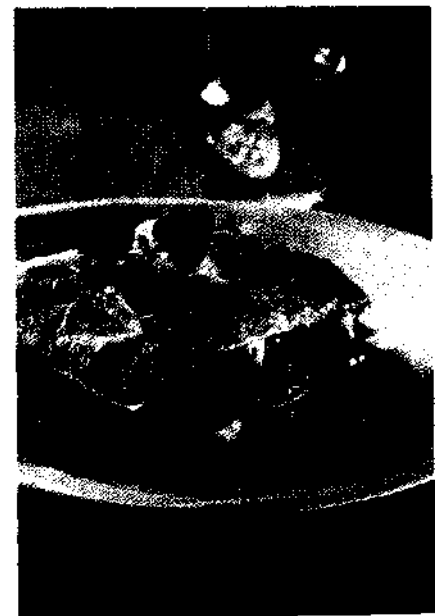


# Kräuter

einfach besonders **besonders einfach**

# Workshop: ein kleiner Kurs über Kräuter - wie sie schme- cken, wozu sie passen, was man aus ihnen machen kann.

<b>DIE HEIMISCHEN</b>	<b>12</b>
Typische heimische Kräuter	14
Besondere heimische Kräuter	16
Heimische Aromen konzentriert	18
Liebhaber heimischer Kräuter	20
Kräuterwürziger Quark zu Ofenkartoffeln - vier Mal anders	22
<b>DIE MEDITERRANEN</b>	<b>24</b>
Typische mediterrane Kräuter	26
Besondere mediterrane Kräuter	28
Mediterrane Aromen konzentriert	30
Liebhaber mediterraner Kräuter	32
Grün gewürzte Saucen zu Spaghetti - vier Mal anders	34
<b>DIE EXOTISCHEN</b>	<b>36</b>
Typische exotische Kräuter	38
Besondere exotische Kräuter	40
Exotische Aromen konzentriert	42
Liebhaber exotischer Kräuter	44
Duftiger Basmatireis - vier Mal anders gekräutert	46
<b>KRÄUTER-KÜCHEN-PRAxis</b>	<b>48</b>
Gut zu wissen: Kräuter ziehen und ernten, vorbereiten und schneiden, einfrieren, trocknen und konservieren	
Außerdem: nützliche Helfer in der Kräuterküche	50
Rezepte für trockene Kräutermischungen	58



Rezepte: mal kräftig pfeffrig,  
mal sanft und süßlich - aber  
immer grün ;ewürzt Dazu viele  
Ideen für Kräutervarianten.

Nachschlag:  
Kräuterglossar,  
Getränketipps,  
Register.

<b>SALATE &amp; SUPPEN</b>	<b>64</b>	<b>GLOSSAR</b>	<b>200</b>
Wärmendes vom Löffel, Knackiges von der Gabel - mit jeder Menge Kräuter von Petersilie bis Portulak kommen Suppen und Salate ganz groß raus!		20 ideale Kräuter für Balkon und Garten: Wann, wo und mit wem sie am besten wachsen, wann sie geerntet werden, ob sie sich zum Trocknen und Mitkochen eignen. Mit je einem Mini-Rezept zum Kennenlernen.	
<b>SNACKS&amp;DIPS</b>	<b>86</b>	Außerdem: Bezugsadressen für frische Kräuter und Saatgut	
Überall auf der Welt zu Hause und überall einsatzbereit, wo Kleines, Feines gefragt ist: Bruschette aus Italien, US-Chicken-Wings, indische Papadams und und und ...		<b>GETRÄNKETIPPS</b>	<b>205</b>
<b>NUDELN &amp; REIS</b>	<b>100</b>	Getränketipps und Weinempfehlungen für die Gerichte in diesem Buch	
Ob »al dente« gegart, im Wok gerührt, körnig gedämpft oder knusprig gratiniert- Nudeln & Reis lieben Kräuter. Weil ihnen dann nämlich keiner widerstehen kann!		<b>WER MIT WEM?</b>	<b>206</b>
<b>KARTOFFELN, GEMÜSE &amp; HÜLSENFRÜCHTE</b>	<b>122</b>	Welches Kraut mit welcher Zutat harmoniert und umgekehrt: Welche Gerichte und Zutaten zu welchem Kraut passen.	
Kräftig gekräutert unglaublich gut: Kartoffeln, Gemüse & Hülsenfrüchte in internationalen Hauptrollen von India-Curry bis Ratatouille francaise		<b>REGISTER</b>	<b>208</b>
<b>FISCH &amp; MEERESFRÜCHTE</b>	<b>144</b>	Alle Rezepte und Kräutervarianten auf einen Blick; mit enthalten: ein ausführliches Stichwortregister	
Fischlein deck' dich ... mit vielen Kräutern zu! Denn was aus Fluss und Meer kommt, verlangt nach würziger Geschmacksveredelung für grenzenlosen Genuss.		<b>IMPRESSUM</b>	<b>216</b>
<b>FLEISCH &amp; GEFLÜGEL</b>	<b>162</b>		
Mit Lamm-Tajine nach Marokko, mit Lavendelkaninchen in die Provence und mit Frikadellen zurück nach Hause - aromatisches Grün im Gepäck, und die Reise kann losgehen.			
<b>DESSERTS &amp; DRINKS</b>	<b>184</b>		
Heiß oder Eis, Bratäpfel oder Parfait - ein grünes Make-up steht allen süßen Sachen gut. Und macht nicht nur schön, sondern auch aufregend frisch im Geschmack!			