



Kräuter

einfach besonders **besonders einfach**

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

DIE HEIMISCHEN	12
Typische heimische Kräuter	14
Besondere heimische Kräuter	16
Heimische Aromen konzentriert	18
Liebhaber heimischer Kräuter	20
Kräuterwürziger Quark zu Ofenkartoffeln - vier Mal anders	22
DIE MEDITERRANEN	24
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
DIE EXOTISCHEN	36
Typische exotische Kräuter	38
Besondere exotische Kräuter	40
Exotische Aromen konzentriert	42
Liebhaber exotischer Kräuter	44
Duftiger Basmatireis - vier Mal anders gekräutert	46
KRÄUTER-KÜCHEN-PRAxis	48
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.

SALATE & SUPPEN	64	GLOSSAR	200
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.	
SNACKS&DIPS	86	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 ...		GETRÄNKETIPPS	205
NUDELN & REIS	100	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!		WER MIT WEM?	206
KARTOFFELN, GEMÜSE & HÜLSENFRÜCHTE	122	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		REGISTER	208
FISCH & MEERESFRÜCHTE	144	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.		IMPRESSUM	216
FLEISCH & GEFLÜGEL	162		
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.			
DESSERTS & DRINKS	184		
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!			