

Spaß am Kochen

Freude beim Essen

*Das neue Bild-Kochbuch mit
über 500 Rezepten
farbig abgebildet*

U

Vorspeisen	7
Suppen	.23
Eintopfgerichte	43
Zwischengerichte	57
Gebratenes und Gegrilltes	81
Geschmortes und Gekochtes	109
Meeresfische	127
Süßwasserfische	149
Saucen	165
Gemüse	183
Beilagen	205
Salate	225
Eierspeisen	251
Souffles, Aufläufe, Gratins	265
Desserts	279
Menüs für alle Gelegenheiten	297
Kleines Küchenlexikon	321

Hinweis zum Gebrauch des Buches

Die Rezepte gelten, wenn nicht anders angegeben, für 4 Personen. Die Nährwertdaten wurden für 1 Person berechnet; geringfügige Abweichungen von diesen Durchschnittswerten ergeben sich durch die zwangsläufig wechselnde Qualität der Ware.

Abkürzungen

EL = gestrichener Eßlöffel	dl = Deziliter
TL = gestrichener Teelöffel	cl = Zentiliter
Msp.' = Messerspitze	kg = Kilogramm
l = Liter	g = Gramm
E = Eiweiß	kJ = kilo-Joule
F = Fett	kcal = kilo-Kalorie
K = Kohlenhydrate	1 kJ « 4,2 kcal