

# Faszination Gemüse

*In Dankbarkeit dem gewidmet, der den Garten gab,  
ihn zu bebauen und zu bewahren.*

*Wolfgang Palme*



**SPEZIALITÄTEN FÜR GARTEN, KÜCHE & GESUNDHEIT**





## Blattgemüse

### Salate ..... 6

Brunnen- oder Wasserkresse	8
Gartensauerampfer	10
Hirschhornsalat oder Kapuzinerbart	12
Kohlsalate	14
Malabarspinat oder Indischer Spinat	24
Perilla oder Schwarznessel	26
Portulak: Echter Portulak oder Sommerportulak	28
Winterportulak	30
Rucola oder Salatrauke	32
Salatzichorien	34
Winterkresse oder Barbarakraut	38

### Spinat ..... 40

Gartenmelde	42
Gemüseamaranth	46
Grünkohl	48
Mangold	50
Neuseeländer Spinat	54
Spinatvielfalt	56



### Fruchtgemüse ..... 58

Andenbeere	60
Gurkenvielfalt	66
Kürbisvielfalt	78
Paprikavielfalt	82
Tomatenvielfalt	90
Tomatillo	98
Zuckermais	100
Zuckermelone	102



### Hülsenfrüchtler ..... 106

Feuerbohne	108
Spargelbohne	110
Zuckererbse	112



## Wurzel- und Knollengemüse ..... 116

Erdmandel .....	118
Haferwurzel .....	122
Knollenfenchel .....	126
Knollenziest .....	128
Kohlrübe oder Steckrübe .....	130
Pastinake .....	132
Schwarzwurzel .....	136
Speiserübe .....	140
Süßkartoffel .....	144
Topinambur .....	146
Zuckerwurzel .....	148



## Zwiebelgemüse ..... 152

Schnittknoblauch .....	154
Winterzwiebel .....	158



## Stielgemüse ..... 160

Cardy .....	162
Meerkohl .....	164
Stangensellerie .....	166



## Rezepte

- 21 Gerührte Polentacreme mit Mizuna
- 23 Senfkohl-Hirse-Maki mit Hagebuttensauce
- 37 Salatzychorienomelette mit Ziegenfrischkäse & Weintraubenkernöl
- 41 Teigtascherln mit Winterkresse & Kürbis
- 45 Rolotto von Roter & Grüner Gartenmelde
- 53 Mangoldtarte mit Erbsen-Minze-Sauce
- 65 Andenbeerenkaltschale mit Champignon-Rosmarin-Crostini
- 75 Kiwanogeele auf Frischkäse mit Kartoffelvinaigrette
- 77 Cocktailgurkenkompott mit Grießschmarren
- 87 Paprika-Chili-Marmelade mit geräuchertem Schafskäse
- 89 Paprikaquiche mit Bohnenkraut
- 95 Mille Feuille – Tomaten-Frischkäse-Schnitten
- 97 Gesulzte Tomaten mit Basilikumbiskuit
- 115 Erbsenpalatschinken mit Mozzarella & Katzenminze
- 121 Erdmandelmilch mit warmem Minikartoffelstrudel
- 125 Haferwurzel-Nudel-Auflauf mit gelber Rübensauce
- 135 Pastinakenmousse mit Birnenvinaigrette & Walnusskrokant
- 139 Marinierte Schwarzwurzeln mit Dörrfrüchten & Weintraubenkernöl
- 143 Weißes Rübenchutney mit Rotschmierkäse
- 151 Zuckerwurzelcreme im Strudelblatt mit Dörrpreiselbeeren
- 157 Schnittknoblauch-Bohnen-Aufstrich mit Walnussbrot