

FRISCHE

Frühlingsküche

CLAUDIA SEIFERT | SABINE HANS

AT VERLAG

	Frühling
9	Ein Wort vorweg
	Blütenart
11	Vorspeisen und Salate
	Delikat grün
41	Warme und kalte Suppen
	Märzenfrisch
63	Vegetarische Hauptgerichte
	Frühling satt
89	Fleisch und Fisch
	Mailecker
117	Süßes
	Süffisant
145	Drinks
	Blütezeit
154	Saisonkalender
158	Verzeichnis der Rezepte