

**Brigitte**  
KOCHBUCH-EDITION

# Veggie



KÖSTLICH VEGETARISCH  
UND VEGAN KOCHEN



# Inhaltsverzeichnis

Einleitung 7

## Suppen 9

Kartoffelsuppe mit Trüffelöl 10

Rote-Bete-Balsamico-Suppe mit  
Ziegenkäse-Crostini 12

Spargel-Mandel-Suppe mit Kräuteröl 14

Erdbeer-Gazpacho 16

Minestrone mit Parmesantalern 18

Spargelintopf mit Polenta-Klößchen 20

Spinatsuppe mit Himbeerstangen 22

Schalotten-Joghurt-Suppe 24

Kalte Kartoffelsuppe 26

## Salate 29

Fenchel-Mozzarella-Salat mit  
Johannisbeersauce 30

Petersiliensalat mit Falafeln 32

Spargelsalat mit Ei 34

Auberginen-Gurken-Salat 36

Burrata-Tomaten-Salat mit Kaffee-  
Vinaigrette 38

Gebratener Paprikasalat mit Schafkäse  
und Oliven-Grissini 40

Gemüsesalat mit Wachteleiern  
und Grüntee-Vinaigrette 42

Wildkräutersalat mit Blaubeer-  
Vinaigrette 44

Spargelsalat à la grecque 46

Tabouleh-Salat 48

Kichererbsen-Feta-Salat 50

Panzanella 52

## Kleine Gerichte 55

Dreierlei Bruschetta 56

Guacamole 58

Tomaten-Focaccia mit Ricotta-  
Peperoncini-Dip 60

Gegrillter Treviso mit Orangen-  
Salsa 62

Kräuter-Spargel im Wok 64

Kartoffel-Lauch-Tatar 66

Spargelgemüse 68

Geräucherte Kartoffeln mit  
Sesamcreme 70

Pfannenspargel in Schnittlauchcreme 72

Frühlingsgemüse mit Estragon-  
Hollandaise 74

Kreuzkümmelkartoffeln mit  
Zwiebel-Raita 76

Grüner Spargel mit Tomatencreme 78

**Hauptgerichte** 81

Artischocken-Risotto mit Erdbeeren 82

Spinat-Gnocchi in Salbeisauce 84

Gemüse-Chili 86

Linsenbratlinge mit Kräuterdip  
und Fenchel 88

Steinpilz-Risotto mit Portwein 90

Couscous mit Möhren und Tomaten 92

Kräuter-Crespelle 94

Zwiebeltorte 96

Gemüse-Curry 98

Gemüse mit Käsefüllung 100

Artischocken-Börek mit Knoblauch-  
sauce 102

Grillkäse-Burger 104

Gebratener Tofu mit Zucchini-  
Möhren-Salat 106

Quesadillas mit Spargel-Salsa 108

Paprika-Quinoa-Burger 110

Estragon-Tomaten auf schwarzem  
Reis 112

Zucchini-Blaubeer-Flammkuchen 114

Tarte mit gegrilltem Gemüse 116

Dreierlei neue Kartoffeln mit  
Sauerampfer-Rahm 120

Gefüllte Spitzpaprika 122

Röstkartoffeln mit Wok-Gemüse 124

Hirse-Risotto 126

Polenta-Schmarrn 128

Gewürzreis mit gebackenen Bananen 130

Quinoa-Pilz-Pfanne mit Hagebutten-  
sauce 132

Kartoffelpüree mit Bohnenragout 134

Serviettenknödel mit Steinpilzragout 136

Steckrüben-Gnocchi 138

Reistopf mit Kürbis 140

Orangen-Gemüse-Eintopf mit  
Gremolata 142

Mangold mit Pecorinotalern 144

Kartoffel-Letscho mit Schnittlauch-  
Senf 146Wirsingrouladen mit Safran-  
Hollandaise 148**Vegetarisch und vegan –  
Infoteil** 153

Gesund und bunt 154

Register 158

Impressum 160