

VEGAN LOVE STORY

tibits & Hiltl – Das Kochbuch

Fotografie und visuelles Konzept: Juliette Chrétien



tibits

HILTL
seit 1898

**VORSPEISEN,
APÉRO UND
SUPPEN**

Seite

13

SALATE

Seite

55

**WARME
GERICHTE**

Seite

87

DESSERTS

Seite

143

**FRÜHSTÜCK
UND DRINKS**

Seite

175

**GRUND-
REZEPTE**

Seite

205

tibits und Hiltl:
EIN PORTRÄT

Seite

217

**REZEPT-
VERZEICHNIS**

Seite

221

Rezeptverzeichnis

APÉRO UND VORSPEISEN

- Aprikosen-Ingwer-Chutney *tibits* 50
- Auberginen-Amarant *tibits* 18
- Gewürz-Ananas *Hill* 34
- Karotten-Dattel-Mezze *Hill* 38
- Kebab-Sandwich *tibits* 37
- Mini-BLT-Sandwich *Hill* 41
- Quinoa-Kartoffel-Burger *tibits* 44
- Randen-Cutlets, indische *Hill* 27
- Rosmarin-Mandeln, geröstet, mit Cranberrys *tibits* 31
- Sternfrucht-Pickles *Hill* 21
- Tomaten-Chutney, grünes *Hill* 24

SUPPEN

- Gemüse-Gersten-Suppe, Bündner *tibits* 29
- Gurkensuppe, westindische *Hill* 17
- Lauch-Quinoa-Suppe *tibits* 49
- Mango-Gazpacho *Hill* 47
- Miso-Suppe mit Shiitakepilzen und Sojabohnen *tibits* 22
- Safransuppe *Hill* 43
- Zitronengras-Kokos-Suppe *Hill* 32

SALATE

- Apfel-Linsen-Salat *Hill* 69
- Chirashi Sushi *tibits* 81
- Federkohl-Bodenkohlrabi-Salat *tibits* 59
- Glasnudelsalat, asiatischer *tibits* 60
- Kräuter-Gemüse-Salat an Zitronendressing *tibits* 82
- Kürbissalat mit Sesam *tibits* 78
- Maniok-Ananas-Salat *Hill* 70
- Okra-Antipasto *Hill* 75
- Papayasalat, thailändischer *Hill* 65
- Quinoasalat, peruanischer *tibits* 63
- Randen-Apple-Salat *Hill* 73
- Schwarzwurzelsalat mit Kumquats *tibits* 66
- Spargel-Mango-Salat *Hill* 77

WARME GERICHTE

- Ale Pie mit Pilzen und Kartoffeln *tibits* 93
- Aloo Bhaji *Hill* 131
- Auberginen-Cordon-bleu *tibits* 138
- Bolognese-Lasagne *tibits* 101
- Cantonese Fried Rice *tibits* 114
- Chicorée, überbacken, mit Orangen *tibits* 99
- Chili-Bohnen-Eintopf *Hill* 137
- Cottage Pie *tibits* 111
- Dal Pancharangi *tibits* 126
- Dinkelrisotto mit Tomaten *tibits* 119
- Gemüse, karamellisiert, mit Feigen und Birnen *tibits* 105
- Kabuli Pilaw *Hill* 134
- Kartoffel-Maronen-Pfeffer mit Spätzle *tibits* 108
- Kaschmir-Früchte-Curry *Hill* 90
- Lahmacun *tibits* 107
- Linsen-Eintopf *Hill* 96
- Mango-Bananen-Curry *tibits* 113
- Ofenkürbis *Hill* 120
- Pastinaken-Gnocchi *Hill* 116
- Singapur-Nudeln, gebraten *tibits* 129
- Tempeh, indonesisches, mit Gemüse *tibits* 123
- Thai-Auberginen-Curry, grünes *tibits* 132
- Tofu, gebraten, mit Tomaten-Sambal *Hill* 102
- Zucchini-Schnitzel *Hill* 94

DESSERTS

- Ananas-Crumble *Hiltl* 169
- Chai-Teecreme, indische *tibits* 163
- Frühlingsrollen, exotische *Hiltl* 166
- Gewürz-Schokokuchen *Hiltl* 149
- Granatapfel-Granité *Hiltl* 159
- Kokos-Milchreis *Hiltl* 164
- Mangokuchen *tibits und Hiltl* 154
- Panna cotta mit Zimt und Mandarinen *tibits* 160
- Ribelmisgratin mit Rhabarberkompott *tibits* 156
- Safran-Grießpudding *Hiltl* 150
- Seidentofu mit Beeren *Hiltl* 146
- Soja-Schokomousse *Hiltl* 171
- Sticky Toffee Pudding *tibits* 153

FRÜHSTÜCK

- Birchermüesli *tibits* 189
- Cranberry-Granola *Hiltl* 179
- Dörrfrüchte-Salat *Hiltl* 186
- Erdbeer-Bananen-Salat *Hiltl* 180
- Früchte-Nuss-Brot *Hiltl* 191
- Vanille-Pancakes *tibits* 198

DRINKS

- Green Power *Hiltl* 185
- Matcha-Eistee *tibits* 195
- Papaya-Lassi *Hiltl* 192
- Pfefferminz-Kiwi-Limonade *tibits* 182
- Rhabarber-Apfel-Vanille-Saft *tibits* 196
- Rooibos-Cappuccino *tibits* 201

GRUNDREZEPTE

- Biskuitteig *Hiltl* 215
- Gemüsebouillon *Hiltl* 211
- Kartoffelstock *tibits* 209
- Mayonnaise mit Mandelmus *Hiltl* 214
- Mayonnaise mit Sojadrink *Hiltl* 214
- Oliven-Ciabatta *Hiltl* 212
- Spätzle *tibits* 208
- Tofu-Marinade *Hiltl* 213
- Tomatenpesto *tibits* 210