

GIOVANNINA BELLINO

KOCHEN
MIT
AROMA
BOMBEN

UNKOMPLIZIERT
KOCHEN MIT SELBST GEMACHTEN
WÜRZMISCHUNGEN

INHALT

EINLEITUNG	9		
Was sind Aromabomben?	10		
Komponenten einer guten Aromabombe	11		
Arten von Aromabomben	12		
Handwerkszeug	17		
Aromabomben verwenden	18		
Keine Verschwendung mehr!	18		
KRÄUTERPESTO			
AROMABOMBEN	20		
BASILIKUM-AROMABOMBE	22		
> Spaghetti Frittata	24		
> Linguine mit Muschelsauce	26		
> Gefüllte Champignons	27		
> Quinoa-Bällchen	28		
ROSMARIN AROMABOMBE	30		
> Rosmarin-Focaccia	32		
> Lammkarree aus dem Ofen	34		
> Rosmarin-Kartoffelecken	35		
SALBEI AROMABOMBE	36		
> Lendenbraten vom Schwein	38		
> Gebratenes Welsfilet	40		
> Hähnchenbrustfilets aus dem Ofen	41		
		THAI AROMABOMBE	42
		> Garnelen-Zuckerschoten-Pfanne	45
		> Thai-Hühnernudelsuppe	47
		TEX-MEX AROMABOMBE	48
		> Texas-Panini	50
		> Tex-Mex-Lasagne	52
		> Tex-Mex-Bohnen (Schöngarer)	53
		CHIMICHURRI-AROMABOMBE	54
		> Hähnchen allo Scarpariello	57
		> Entrecôte-Steaks	59
		GEMÜSE AROMABOMBEN	60
		SUPPENGRÜN AROMABOMBE	62
		> Colcannon	64
		> Krakauer mit Schmorkohl	66
		> Pot Pie mit Guinness und Cheddar	67
		UMAMI AROMABOMBE	70
		> Umami-Tagliatelle	73
		> Polenta mit Pilzragout	75
		> Hähnchen alla Sorrentina	
		mit Marsala-Sauce	76
		> Filet Wellington	78

SPANISCHE SOFRITO AROMABOMBE	80	BRÜHE- UND SAUCEN- AROMABOMBEN	114
> Langsam gegarte Schweineschulter	82	BÉCHAMEL AROMABOMBE	116
> Panierte Schweinekoteletts	84	> Kartoffel-Lauch-Gratin	118
> Spanisches Hähnchen mit Cashewpüree	85	> Käsesauce	120
HOLY TRINITY AROMABOMBE	86	> Garnelen-Törtchen	121
> Garnelen-Snack mit Krautsalat	89	> Breakfast Gravy	122
> Kreolische Garnelen	91	RINDERBRÜHE AROMABOMBE	124
> Gumbo mit Wurst und Huhn	92	> Rumpsteaks mit Cognac-Sauce	126
CURRY AROMABOMBE	94	> Rinderfilet mit Rotweinreduktion	128
> Blumenkohl-Erbesen-Kartoffelcurry	96	> Bœuf Bourguignon	129
> Tikka-Masala-Hähnchen	98	HÜHNERBRÜHE AROMABOMBE	130
> Gefüllte Kohlblätter mit Lamm und Reis	100	> Römische Eierflockensuppe	132
MIREPOIX AROMABOMBE	102	> Hühnereintopf mit Klößchen	134
> Geröstete Butternut-Kürbissuppe	104	> Hähnchen-Piccata	135
ITALIENISCHE SOFRITO AROMABOMBE	106	> Hähnchenschnitzel mit Suppengrün-Sauce	136
> Geflügel-Hackbraten oder Hackbällchen	109	GEMÜSEBRÜHE AROMABOMBE	138
> Eintopf mit Kalb	111	> Glasierte Malfatti-Gnocchi	141
> Gefüllte Paprika und Zucchini	112	> Geschmorter Pak Choi	143
		> Gebackene Endivie	144