



Das Hiltl Kochbuch
zur ersten vegetarischen
Metzgerei der Schweiz

MEAT THE GREEN

8	<i>Rolf Hiltl: Vegi-Metzg - Sinn oder Unsinn?</i>
10	VORSPEISEN
36	<i>Bettina Weber: Mir doch wurst, was Ihr esst</i>
38	HAUPTSPEISEN
76	<i>Stevan Paul: Das Fleischmuseum</i>
78	SANDWICHES, SNACKS & SALATE
110	<i>Dominik Flammer: Und ewig lockt die Beute</i>
112	GRILL & SAUCEN
132	UNSER FLEISCH
140	ANHANG
142	Glossar
152	Zutatenregister
156	Rezeptverzeichnis
158	Portrait Hiltl Vegi-Metzg

REZEPTVERZEICHNIS

A	
Auberginen-Piccata	14 15
-	
B	
Bœuf Bourguignon	48 49
Bollywood Sandwich	96 97
Brioche	22 23
Hiltl Burger	54 55
-	
C	
Chicken Salad	80 81
Club Sandwich	82 83
Cocktailsauce	82 83
Coleslaw	54 55
Cordon bleu	42 43
Crab Cake	26 27
Crevetten-Spiesse	122 123
Crispy Tofu-Melonen-Spiesse	84 85
Currywurst	86 87
-	
F	
Flammkuchen	18 19
Free Willy Sandwich	102 103
-	
G	
Gehacktes mit Hörnli	40 41
Grüne Thai-Currypaste	66 67
-	
H	
Hackbällchen mit Tomatensauce	62 63
Hiltl Hackbraten	52 53
-	
I	
Ingwer-Limetten-Marinade	122 123
-	
J	
Jerk Tempeh	114 115
-	

K	
Kartoffelsalat mit Wienerli	88 89
Kartoffelstampf	52 53
Knoblauch-Kokos-Marinade	118 119
Knusperli mit Sauce Tartar	90 91
Köttbullar	46 47
-	
M	
Mango-Apfel-Chutney	20 21
Mango-Cocktailsauce	114 115
-	
N	
Noix Gras mit Sülze und Chutney	20 21
-	
O	
Orientalisches Seitan	124 125
-	
P	
Pad Thai	64 65
Panaeng-Curry	68 69
Paneer	138 139
Paneer Tikka	128 129
Panko-Sticks	30 31
Portobello Road Sandwich	92 93
-	
Q	
Quiche Lorraine	24 25
-	
R	
Rotweinsauce	50 51
Rote Thai-Currypaste	120 121
-	

S	
Satay-Sauce	118 119
Satay-Spiesse	118 119
Schinkengipfeli	94 95
Seitan	136 137
Sojamilch, Okara & Tofu	134 135
Spaghetti Carbonara	56 57
Stroganoff	58 59
Sweet-Chili-Sauce	116 117
-	
T	
Tamarinden-Marinade	116 117
Hiltl Tatar	12 13
Teriyaki Udon Noodles	70 71
Thailändischer Laab	100 101
Thai-Salat	98 99
Tod Man	32 33
Tofu	134 135
Tofu Ceviche	28 29
Tofu-Paillard	60 61
Tofu Teriyaki mit Spiced Mango	126 127
Tofu Tikka Masala	72 73
-	
V	
Vegane Tofu-Marinade	30 31
Vegi Tonnato	16 17
-	
W	
Wurst-Käse-Salat	106 107
Wurstweggen	104 105
-	
Z	
Zitronengras Tempeh	116 117
Züri Geschnetzelt	44 45