

donna hay

THE NEW
easy



Über 135 neue clevere Rezepte für Alltag und Gäste

A T VERLAG

INHALT

Unter der Woche
Seite 9

Am Wochenende
Seite 64

Beilagen und Salate
Seite 115



Backen
Seite 138

Desserts
Seite 164

Glossar und Register
Seite 191

Mit Stern * markierte Zutaten werden im Glossar erklärt.



EINLEITUNG

Dieses Buch zeigt Ihnen mit neuen raffinierten Rezepten und vielen Tricks, wie Sie sich das Kochen einfacher machen können. Die Rezepte sind so konzipiert, wie die meisten von uns – und so auch ich selbst – gerne kochen: schnelle Lösungen für die hektischen Tage unter der Woche und besondere Gerichte fürs Wochenende, wenn mehr Zeit und Muße zum Kochen ist. Jedes Kapitel bietet zudem clevere und originelle Ideen, wie Sie Ihre Lieblingsgerichte schnell und einfach neu stylen können, indem Sie ein Gericht zum Beispiel für die nächste Einladung zu einer eleganten Vorspeise aufpeppen oder umgekehrt fürs unkomplizierte sommerliche Picknick abwandeln. Frohes Kochen!





knackig-pikanter grünkohlsalat MIT huhn

10 Stängel Grünkohl, Stiele entfernt
2 EL Olivenöl
2 TL Meersalzflocken
1 TL geräuchertes Paprikapulver*
1 TL gemahlener Koriander
320 g gegartes Hühnerfleisch, in Streifen geschnitten
50 g gehobelte Mandeln, geröstet
60 g Rosinen
½ Bund glatte Petersilie
½ Bund Minze
Für das Dressing
1 TL geräuchertes Paprikapulver*
1 EL Honig
1 EL Olivenöl
1 EL Zitronensaft

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Für das Dressing alle Zutaten verrühren.

Den Grünkohl grob zerkleinern und die Stücke auf mehrere mit Backpapier belegte Bleche verteilen. Mit Öl beträufeln und mischen. Salz, Paprikapulver und Koriander verrühren und über den Kohl streuen. Im Ofen 10–15 Minuten leicht knusprig backen; auf den Blechen auskühlen lassen.

Grünkohl, Hühnerfleisch, Mandeln, Rosinen, Petersilien- und Minzeblätter anrichten und mit Dressing beträufeln.

ERGIBT 4 PORTIONEN.



tomaten-tartes MIT burrata UND rohschinken

4 runde Platten Blätterteig à ca. 20 cm Durchmesser
500 g gemischte bunte Kirschtomaten
1 EL Olivenöl
3 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten
2 EL Oreganoblätter
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 Kugel Burrata*, in vier Stücke zerteilt
8 Scheiben Rohschinken
2 EL kleine Minzeblätter
2 EL kleine Basilikumblätter

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Zwei der Teigplatten auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, die beiden anderen Teigkreise darauflegen und festdrücken.

Die Tomaten seitlich anritzen, den Saft und die Kerne ausdrücken. Die Tomaten mit Öl, Knoblauch, Oregano, Salz und Pfeffer vermengen und die Mischung auf den Teigböden verteilen. Im Ofen 15–20 Minuten backen, bis der Teig goldbraun ist. Burrata, Rohschinken, Minze und Basilikum auf die Tartes verteilen und servieren. ERGIBT 4 PORTIONEN.

hühner-bolognese MIT knusprigem oregano

2 EL Olivenöl
1 gute Handvoll Oreganoblätter
1 Zwiebel, fein gehackt
3 Knoblauchzehen, gepresst
1 EL gehackter Estragon
500 g Hackfleisch vom Huhn
250 ml trockener Weißwein
400 g gehackte Tomaten aus der Dose
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
400 g Pappardelle
fein geriebener Pecorino zum Servieren

Das Öl in einer großen beschichteten Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Darin den Oregano 1–2 Minuten knusprig braten, herausheben und auf Küchenpapier entfetten. In derselben Pfanne Zwiebel, Knoblauch und Estragon unter Rühren 3–4 Minuten andünsten. Das Hühnerhackfleisch 5–7 Minuten darin goldbraun mitbraten. Wein, Tomaten, Salz und Pfeffer begeben und weitere 5–7 Minuten einkochen lassen.

Die Nudeln in Salzwasser 8–10 Minuten bissfest garen, abgießen und unter die Sauce heben. Die Pasta auf Teller verteilen und mit dem gebratenen Oregano und Pecorino bestreut servieren. ERGIBT 4 PORTIONEN.



hühner-bolognese mit knusprigem oregano



knuspriger lachs mit zwiebel-dill-pickles

knuspriger lachs MIT zwiebel-dill-pickles

1 TL getrocknete Chiliflocken
1 TL Meersalzflöcken
2 TL Sesamkörner
1 TL getrocknete Minze
4 Lachsfilets à 180 g, mit Haut
Olivenöl zum Bestreichen
junge Spinatblätter und zusätzliche Dillzweige zum Servieren
Für die Zwiebel-Dill-Pickles
2 rote Zwiebeln, in feine Ringe geschnitten
80 ml Zitronensaft
2 EL weißer Zucker
1 Bund Dill, Blättchen abgezupft
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Für die Pickles alle Zutaten mit reichlich Salz und Pfeffer gründlich vermengen.

Chili, Salz, Sesam und Minze vermischen. Den Lachs dünn mit Öl bestreichen und nur die Fleischseite mit der Würzmischung bestreuen. Eine große beschichtete Pfanne stark erhitzen. Darin den Lachs mit der Hautseite nach unten 5 Minuten braten, bis die Haut knusprig ist. Den Lachs wenden und weitere 2–3 Minuten braten, bis die Filets nach Wunsch gegart sind.

Den Lachs auf Teller verteilen und mit den Zwiebel-Dill-Pickles garnieren. Die Spinatblätter mit etwas von der Pickles-Marinade mischen und dazu reichen. **ERGIBT 4 PORTIONEN.**

MAL ANDERS



STYLISHES PICKNICK *take away*

Den Lachs in mundgerechte Stücke teilen und mit gegarten, abgekühlten Reisnudeln, Spinat, zusätzlichem Dill und den Zwiebel-Pickles samt Marinade mischen.



DINNER PARTY *feine vorspeise*

Den Lachs in mundgerechte Stücke teilen und mit einem Salat aus Spinat, fein geschnittenem Fenchel, zarten, jungen Kräutern, Zwiebel-Pickles, der Pickles-Marinade und zusätzlichem Dill anrichten.



basilikum-ricotta-gnocchi mit schmortomaten

basilikum-ricotta-gnocchi MIT schmortomaten

500 g frischer Ricotta
1 Bund Basilikum, gehackt
60 g Parmesan, gerieben
2 Eier, leicht verklopft
150 g Mehl
½ TL Meersalzflocken
60 g Butter
Basilikum und Rucola zum Servieren
Für die Schmortomaten
600 g gemischte Kirschtomaten, halbiert
2 EL Oreganoblätter
12 Knoblauchzehen, ungeschält
60 ml Olivenöl
60 ml Rotweinessig
1 EL weißer Zucker
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Für die Schmortomaten Tomaten, Oregano und Knoblauchzehen auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. Öl, Essig, Zucker, Salz und Pfeffer verrühren und die Hälfte des Dressings über die Tomaten geben. 15 Minuten im Ofen schmoren, bis die Tomaten und der Knoblauch weich und goldbraun sind.

Für die Gnocchi Ricotta, Basilikum, Parmesan, Eier, Mehl und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Mit leicht bemehlten Händen jeweils 2 TL Teig zu Klößchen formen und auf leicht bemehlter Arbeitsfläche leicht flach drücken. Die Gnocchi portionsweise in Salzwasser 2–3 Minuten garen, bis sie an die Oberfläche steigen. Herausheben und abtropfen lassen.

Die Hälfte der Butter in einer großen beschichteten Pfanne stark erhitzen und darin die Hälfte der Gnocchi von jeder Seite 3 Minuten goldbraun braten. Die restlichen Gnocchi in der übrigen Butter braten. Die Gnocchi zusammen mit den Schmortomaten anrichten. Mit dem Sud vom Blech und dem restlichen Dressing beträufeln, mit Basilikum bestreut servieren. Dazu Rucola reichen. **ERGIBT 4 PORTIONEN.**

pikante hühner-laksa

2 Hähnchenbrustfilets, in dünne Scheiben geschnitten
2 EL asiatische Chili-Konfitüre*
1 EL Pflanzenöl
2 EL fertig gekaufte Laksa-Paste*
500 g Hühnerbrühe
1 EL Fischesauce*
2 Kaffirlimettenblätter
400 ml Kokosmilch*
200 g Reis-Vermicelli*
200 g Sojasprossen
je 1 Bund Koriander und Thai-Basilikum
Limettenspalten zum Servieren

Das Fleisch mit der Chili-Konfitüre vermengen. Das Öl in einer großen tiefen Pfanne stark erhitzen und darin das Fleisch unter Rühren 2–3 Minuten braten, herausnehmen und warm halten.

Die Laksa-Paste in der Pfanne 1 Minute braten. Das Hähnchen zusammen mit Brühe, Fischesauce, Limettenblättern und Kokosmilch zurück in die Pfanne geben, aufkochen und 2–3 Minuten einkochen lassen.

Die Reismudeln in einer Schüssel mit kochendem Wasser übergießen und 5 Minuten gar ziehen lassen. Abgießen, in Schälchen verteilen und mit der Brühe aufgießen. Mit dem Fleisch, den Sprossen, Koriander, Thai-Basilikum und Limettenspalten servieren. **ERGIBT 4 PORTIONEN.**

knusprige chicken wings

1 kg Chicken Wings (Hühnerflügel)
30 g Maisstärke
2 EL Pflanzenöl
1 EL Meersalzflocken
½ TL chinesisches Fünf-Gewürze-Pulver*
1 TL getrocknete Chiliflocken
scharfe Chilisauce, Chili-Pickles, fein geschnittene frische Chili und Chili-Mayonnaise (wer mag) zum Servieren

Den Ofen auf 220 Grad vorheizen. Mit einer Geflügelschere die Flügelspitzen abschneiden und wegwerfen. Die Flügel am Gelenk durchschneiden (halbieren) und zusammen mit der Stärke in eine Plastiktüte geben. Gut durchschütteln, dann überschüssige Stärke abschütteln.

Öl, Salz, Fünf-Gewürze-Pulver und Chiliflocken mischen. Die Flügelchen darin wälzen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Im Ofen 25–30 Minuten knusprig backen. Mit Chilisauce, Chilis und Chili-Mayonnaise servieren.

ERGIBT 4 PORTIONEN.



glasierte short ribs vom rind

1,6 kg Short Ribs (Querrippen) vom Rind
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 rote Zwiebeln, in Spalten geschnitten
8 Knoblauchzehen, geschält
6 Zweige Oregano
375 ml Balsamessig
400 g gehackte Tomaten aus der Dose
1 l Rinderbrühe
Für die Basilikum-Gremolata
40 g kleine Basilikumblätter
1 EL fein abgeriebene Zitronenschale
1 Knoblauchzehe, gepresst
1 TL Olivenöl

Für die Gremolata alle Zutaten mit Salz und Pfeffer vermengen.

Einen großen, tiefen Schmortopf mit dickem Boden erhitzen. Die Rippenstücke salzen, pfeffern, von jeder Seite 4–5 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen. Den Topf mit Küchenpapier auswischen, dann darin Zwiebel und Knoblauch 5 Minuten goldbraun dünsten. Die Rippchen zusammen mit den Oreganozweigen, Essig, Tomaten, Brühe zurück in den Topf geben, salzen und pfeffern und bei niedriger Hitze zugedeckt 2½ bis 3 Stunden schmoren, bis das Fleisch weich und mürbe ist.

Die Rippchen herausnehmen und warm halten. Den Sud abseihen und das Fett von der Oberfläche abschöpfen. Den Sud bei starker Hitze 5–10 Minuten einkochen. Die Rippchen auf Teller verteilen, mit der Sauce übergießen und mit der Gremolata garnieren. **ERGIBT 4 PORTIONEN.**

knusprige ente mit ingwer-pflaumen

4 Enten-Oberkeulen
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 Handvoll kleine Salbeiblätter
2 TL Wacholderbeeren*, leicht zerstoßen
Für die Ingwer-Pflaumen
30 g gehackter Ingwer
1 milde rote Chili, entkernt, gehackt
300 ml Ingwerwein oder Ingwerbier*
2 EL brauner Zucker
6 Pflaumen, halbiert, entsteint

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Die Pflaumen (mit der Schnittseite nach oben) mit Ingwer, Chili, Ingwerwein und Zucker in eine Auflaufform geben und im Ofen 25 Minuten weich schmoren; ab und an mit dem Sud übergießen.

Eine große beschichtete Pfanne erhitzen. Die Entenkeulen großzügig salzen und pfeffern. Mit der Hautseite nach unten 10 Minuten goldbraun und knusprig braten. Salbei und Wacholder in eine Auflaufform geben, die Entenkeulen mit der Hautseite nach oben daraufsetzen und im Ofen 20 Minuten weich schmoren. Das Fleisch mit dem Salbei und den Ingwer-Pflaumen servieren. **ERGIBT 4 PORTIONEN.**

das beste brathähnchen

1 ganzes Hähnchen (ca. 1½ kg)
150 g Tafelsalz
3 l Wasser
6 Zweige Estragon
1 Zitrone, in Scheiben geschnitten
1 Knolle Knoblauch, quer halbiert
1 EL schwarze Pfefferkörner
Olivenöl zum Bestreichen
Meersalzflöckchen
30 g Butter, geschmolzen

Das Hähnchen waschen. Das Salz im Wasser durch Rühren auflösen. Hähnchen, Estragonzweige, Zitronenscheiben, Knoblauch und Pfefferkörner hinzufügen (das Hähnchen muss ganz mit Wasser bedeckt sein!) und zugedeckt bis zu 4 Stunden kalt stellen. Abgießen, das Hähnchen trocken tupfen; Estragon, Zitrone und Knoblauch aufbewahren.

Den Ofen auf 180 Grad vorheizen. Das Hähnchen in eine Bratform geben, den Bauch mit Estragon, Knoblauch und Zitrone füllen; die Beine mit Küchengarn zusammenbinden. Mit Öl bestreichen und im Ofen 1 Stunde braten. Mit flüssiger Butter bestreichen, mit Bratenfond übergießen und weitere 15–20 Minuten goldbraun backen. **ERGIBT 4–6 PORTIONEN.**





das beste brathähnchen

rustikaler tomatensalat **MIT** fetacreme

600 g bunte Kirschtomaten
1 EL fein gehackte eingelegte Zitronenschale*
½ Knoblauchzehe, gepresst
2 EL Zitronensaft
2 TL weißer Zucker
1 EL Olivenöl, mehr zum Beträufeln
1 Handvoll gehackte Minze
1 Handvoll junge Basilikumblätter
Meersalz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
4 große Scheiben Sauerteigbrot, geröstet

Für die Fetacreme

175 g weicher Feta
125 ml Rahm
2 TL fein abgeriebene Zitronenschale
1 EL Zitronensaft

Die Tomaten seitlich anritzen, behutsam Saft und Kerne ausdrücken. Tomaten, Zitronenschale, Knoblauch, Zitronensaft, Zucker und Öl vermengen. Zugedeckt 20 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen.

Für die Fetacreme den Feta im Blitzhacker glatt pürieren, Rahm, Zitronenschale und -saft zugeben und zu einer dicken Masse verarbeiten.

Minze und Basilikum unter die Tomaten heben, salzen und pfeffern. Die Tomatenmischung auf den Brotscheiben anrichten. Dazu die großzügig mit Öl beträufelte Fetacreme reichen.

ERGIBT 4 PORTIONEN.

süß-saurer karotten-radieschen-salat

300 ml Wasser
250 ml Apfelessig
75 g weißer Zucker
4 Zweige Dill
½ TL Wacholderbeeren*, leicht zerstoßen
24 zarte junge Karotten, geschält, geputzt
8 Radieschen, geputzt, fein geschnitten
120 g Rucolablätter
300 g Labne*
1 EL Za'atar*

Wasser, Essig und Zucker unter Rühren erhitzen und den Zucker auflösen. 2 Minuten aufkochen, vom Herd nehmen, Dill und Wacholder dazugeben und im Kühlschrank abkühlen lassen.

Die Karotten 30 Sekunden blanchieren, eiskalt abschrecken. Karotten und Radieschen in den Zuckersud geben und 30 Minuten ziehen lassen. Das Gemüse aus dem Sud nehmen und mit Rucola und Labne anrichten. Mit Za'atar bestreut servieren.

ERGIBT 4 PORTIONEN.

frittierte zucchini-sticks

5 mittelgroße Zucchini (600 g)
Pflanzenöl zum Frittieren
150 g Mehl
75 g Maisstärke
1 TL Meersalzflocken
250 ml Milch
Meersalz und Zitronenspalten zum Servieren

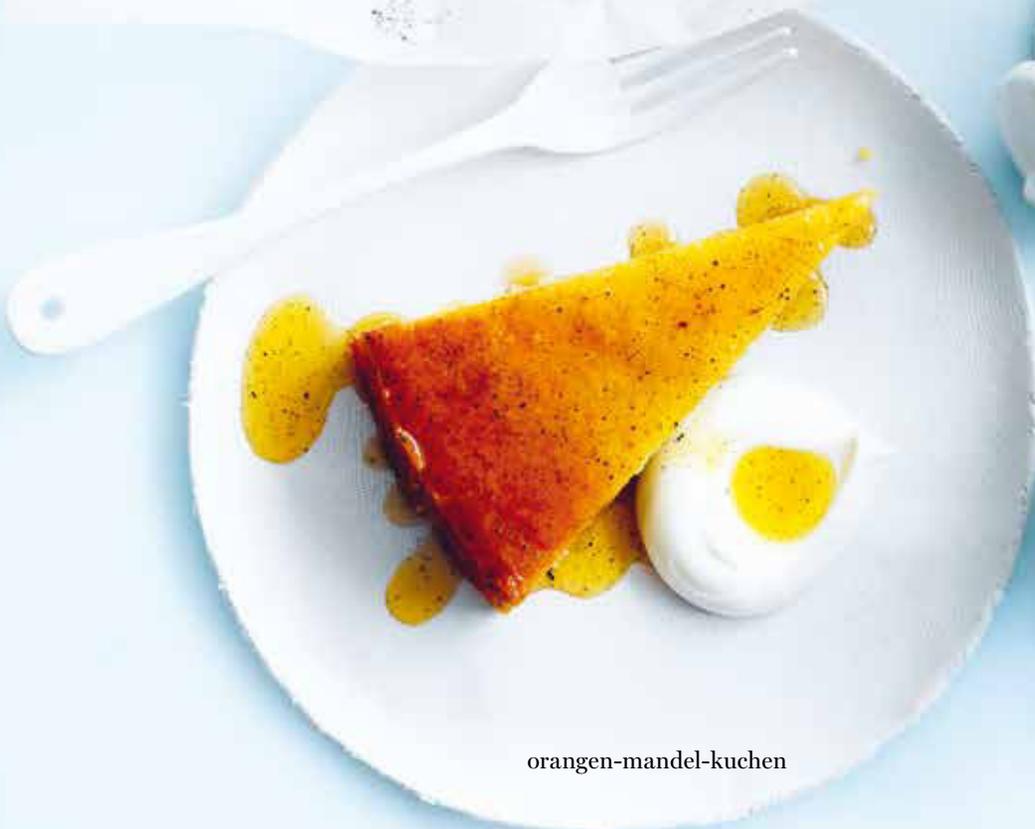
Die Zucchini (den weichen Kern) in lange, dünne Sticks schneiden. Mehl, Maisstärke und Salz vermischen.

Reichlich Öl in einem Topf auf 180 Grad erhitzen (Küchen-thermometer). Die Zucchini-Sticks portionsweise in die Milch tauchen und in der Mehlmischung wälzen; überschüssiges Mehl abklopfen. Portionsweise 3–5 Minuten goldbraun frittieren, auf Küchenpapier abtropfen lassen und sofort mit Salz bestreut und mit Zitronenspalten servieren. ERGIBT 4 PORTIONEN.





frittierte zucchini-sticks



orangen-mandel-kuchen

choc-chip-cookies MIT rosinen UND haferflocken

120 g brauner Zucker
75 g weißer Zucker
1 TL Vanilleextrakt*
175 g Butter, zerkleinert
1 Ei
150 g Mehl
1 TL Natron
180 g Haferflocken
105 g Rosinen
150 g Zartbitterschokolade, zerkleinert

Den Ofen auf 160 Grad vorheizen. Beide Zuckersorten, Vanilleextrakt, Butter und Ei in der Küchenmaschine verrühren. Mehl, Natron und Haferflocken einarbeiten. Rosinen und Schokostücke unterheben. Esslöffelgroße Teigportionen zu Kugeln formen und mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Im Ofen 10–12 Minuten goldbraun backen. 5 Minuten auf dem Blech, dann auf einem Gitter auskühlen lassen. **ERGIBT 24 STÜCK.**

chocolate-chunk-cookie ZUM teilen

80 g weiche Butter
130 g brauner Zucker
50 g weißer Zucker
1 Ei
2 TL Vanilleextrakt*
150 g Mehl
½ TL Natron
25 g Kakaopulver
50 g Vollmilchschokolade, zerkleinert
50 g weiße Schokolade, zerkleinert
Vanilleeis und fertig gekaufte Karamellsauce
oder Dulce de leche* zum Servieren

Den Ofen auf 160 Grad vorheizen. Butter, beide Zuckersorten, Ei, Vanilleextrakt, Mehl, Natron und Kakaopulver in der Küchenmaschine zu einem Teig verarbeiten. Diesen auf einem mit Backpapier belegten Blech zu einem Kreis von 26 cm Durchmesser drücken, mit den Schokoladenstücken bestreuen und diese leicht in den Teig drücken. Im Ofen 15–20 Minuten backen, bis sich der Teig auf Druck fest anfühlt. Kurz auf dem Blech abkühlen lassen. Warm mit Eis und Karamellsauce oder Dulce de Leche servieren. **ERGIBT 6–8 PORTIONEN.**

orangen-mandel-kuchen

200 g weiche Butter
275 g weißer Zucker
2 EL fein abgeriebene Orangenschale
360 g gemahlene Mandeln
5 Eier
150 g Mehl
Naturjoghurt zum Servieren
Für den Orangensirup
375 ml Orangensaft
150 g weißer Zucker
1 Vanilleschote, Mark ausgekratzt

Den Ofen auf 160 Grad vorheizen. Butter und Zucker in der Küchenmaschine verrühren. Orangenschale, Mandeln, Eier und Mehl einrühren und zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Boden einer Springform (24 cm Durchmesser) mit Backpapier auslegen, den Rand fetten und den Teig einfüllen. Im Ofen 1 Stunde backen (Stäbchenprobe).

Für den Orangensirup alle Zutaten in einem Topf schwach erhitzen, den Zucker unter Rühren auflösen, dann 10 Minuten leise köcheln und sirupartig eindicken lassen. Die Vanilleschote entfernen und die Hälfte des heißen Sirups auf dem Kuchen verteilen. 10 Minuten stehen lassen, dann aus der Form nehmen. Mit Naturjoghurt und dem restlichen Sirup servieren.

ERGIBT 10–12 PORTIONEN.

*Wollen Sie das Geheimnis
der ultraschnellen Zubereitung
wissen? Es lautet ganz einfach:
Alle Zutaten in die Küchen-
maschine geben!*





mango-kokos-eis

mango-kokos-eis

250 ml Mangopüree
50 g weißer Zucker
Für das Kokos-Semifreddo
2 Eier
2 Eigelbe
160 g weißer Zucker
250 ml Rahm
60 ml Kokoscreme*, eiskalt
20 g Kokosraspel, geröstet

Mangopüree und Zucker verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. In eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform (32 cm Länge) füllen und im Tiefkühler fest werden lassen.

Eier, Eigelbe und Zucker über einem heißen Wasserbad mit dem Handmixer ungefähr 6–8 Minuten zu einer hellen, dicken Creme aufschlagen. Vom Wasserbad nehmen und weitere 2 Minuten schlagen.

Rahm und Kokoscreme in einer separaten Schüssel aufschlagen, bis sich weiche Spitzen bilden. Die Eimasse und die Kokosraspel unterheben. Auf die Mangoschicht in die Form geben und glatt streichen. 4 Stunden im Tiefkühler fest werden lassen. Das Eis aus der Form stürzen und in Scheiben schneiden.

ERGIBT 8–10 PORTIONEN.

MAL ANDERS



SCHICKES DINNER *in gläsern*

Für Einzelportionen füllen Sie die beiden Schichten wie oben beschrieben in acht Gläser (je 375 ml Inhalt).



GARTENPARTY *lustige pops*

Für dieses Eis am Stiel füllen Sie die beiden Schichten in acht Pappbecher (je 375 ml Inhalt). Die Stiele vor dem Einfüllen der Eismasse in die gefrorene Mangoschicht stecken.



GLOSSAR UND REGISTER

Im folgenden Glossar finden Sie Erklärungen zu den mit einem Sternchen gekennzeichneten Zutaten ebenso wie zu weiteren in meiner Küche unverzichtbaren Grundzutaten. Außerdem Informationen zu Küchenpraxis und Küchentechniken. Im Register sind alle Rezepte dieses Buches alphabetisch und nach Hauptzutaten aufgeführt.



ahornsirup

Süßungsmittel, aus dem Saft des Ahornbaums gewonnen. Verwenden Sie echten Ahornsirup; Ersatzprodukte werden oft aus Maissirup hergestellt und sind nur mit Ahornaroma versetzt.

aïoli

Knoblauchmayonnaise, vor allem in der spanischen und französischen Küche beliebt. Erhältlich in Supermärkten oder in Feinkostläden.

ancho-chili

Getrocknete Form des süßlichen mexikanischen Poblano-Paprikas mit Raucharoma, das sich besonders gut in langsam geschmorten Gerichten entfaltet. Erhältlich in Gewürzläden, beim Gemüsehändler oder online.

apfelwein

Auch als Cider, Cidre oder saurer Most bekannt. Aus Äpfeln gekelterter und vergorener Fruchtwein.

arborioreis

Rundkornreis, der sich für Risottogerichte eignet. Die Oberflächenstärke sorgt beim Kochen für eine cremige Konsistenz; innen bleibt der Reis bissfest, während er außen eine cremige Konsistenz entwickelt. Kann durch Carnaroli-, Roma-, Baldo-, Padano-, Vialone- oder Calrisoreis ersetzt werden.

asianudeln

Halten Sie eine Auswahl an getrockneten Asianudeln für Last-Minute-Gerichte bereit. Frische Nudeln halten sich im Kühlschrank bis zu einer Woche. Erhältlich in Supermärkten und Asialäden.

glasnudeln

Die hauchdünnen, fast transparenten Nudeln werden aus Mungobohnenstärke hergestellt. In kochendem Wasser gar ziehen und vor der Weiterverarbeitung gut abtropfen lassen.

reis-vermicelli

Sehr dünne getrocknete Reismehlnudeln, in Suppen und Salaten verwendet.

udonnudeln

Aus Japan stammende dicke weiße Weizenmehlnudeln, die vor allem in Suppen verwendet werden.

butter

Sofern im Rezept nicht anders angegeben, die Butter Raumtemperatur annehmen lassen. Sie sollte weder halb geschmolzen noch zu weich zum Verarbeiten sein.

cannellini-bohnen

Kleine nierenförmige weiße Bohnen, die in Dosen oder getrocknet erhältlich sind. Getrocknete Bohnen vor der Weiterverarbeitung über Nacht in Wasser einweichen.

chili

Weltweit sind mehr als 200 Chilisorten bekannt. Als allgemeine Faustregel gilt: Die größeren roten und grünen Chilis sind milder, fruchtiger und süßer, während kleine Chilis schärfer sind. Durch Entfernen der Kerne und Scheidewände wird das Gericht milder.

chipotle-chili

Getrocknete, geräucherte Version der Jalapeño-Chilis mit einem speziellen, mittelscharfen bis scharfen Aroma und Rauchnote. Vor der Weiterverarbeitung in Wasser einweichen.

chili-konfitüre

Aus Ingwer, Chili, Knoblauch und Shrimppaste hergestelltes Thai-Gewürz für Suppen und Wokgerichte. Passt auch zu geschmortem Fleisch, Eiergerichten und Käse.

chinesische bratente

Fertig gekaufte gebratene Ente bereichert Salate, Füllungen, Pfannkuchen und vieles mehr. Die Ente wird gebraten und

mit einer Mischung aus Sojasauce, Zucker und Gewürzen glasiert; so erhält sie die dunkle Färbung und das besondere Aroma. Erhältlich in chinesischen Restaurants.

chinesischer kochwein

Aus Klebreis, Hirse, einer speziellen Hefe und Quellwasser hergestellter Reiswein aus der nordchinesischen Region Shao Hsing (auch unter dieser Bezeichnung im Handel). Er ähnelt im Geschmack trockenem Sherry. Erhältlich in Asialäden und gut sortierten Supermärkten.

chinesisches fünf-gewürze-pulver

Würzmischung aus Zimt, Szechuanpfeffer, Sternanis, Nelken und Fenchelsamen, vor allem für Ente und Schweinefleisch. Erhältlich in Asialäden und gut sortierten Supermärkten.

chorizo

Pikante, mit Pfeffer, Paprika und Chili gewürzte, grobe spanische Wurst aus Schweinefleisch; wird frisch oder getrocknet angeboten. In guten Metzgereien und Feinkostgeschäften erhältlich.

COUSCOUS

Bezeichnung sowohl eines Gerichts der nordafrikanischen Küche wie auch für den Weizengrieß, aus dem es hergestellt wird. Zubereitung in Brühe statt Wasser sorgt für mehr Aroma.

curd

Aus Eiern, Butter und Fruchtmark hergestellter dicker, süß-säuerlicher Aufstrich (Lemon oder Passionsfrucht Curd). Man kann ihn küchenfertig in Gläsern kaufen oder selbst herstellen.

currypaste rogan josh

Eine mittelscharfe, sehr aromenreiche, würzige Currypaste. Siehe auch Thai-currypaste.

MASSEINHEITEN

Zum Abmessen flüssiger und fester Zutaten sind Messbecher, Messlöffel und eine Waage unverzichtbare Küchenhelfer. In den Rezepten dieses Buches sind stets genaue Gewichts- und Flüssigkeitsmengen angegeben.

Tassen- und Löffelmaße können von Land zu Land und von Koch zu Köchin leicht abweichen; die Unterschiede sind in der Regel jedoch nicht so erheblich, dass sie sich auf das Gelingen eines Rezepts auswirken würden.

Beim Abmessen trockener Zutaten mittels Messbecher füllen Sie diesen lose und streichen Sie die Oberfläche glatt. Vermeiden Sie es, die Zutat in den Messbecher zu pressen, und klopfen Sie den Messbecher auch nicht auf der Arbeitsfläche auf, denn dadurch würde sich das Wiegegut unerwünschterweise verdichten und die abgemessene Menge würde zu groß ausfallen.

In meinen Rezepten gelten die folgenden Tassen- und Löffelmaße; sie beziehen sich jeweils auf eine gestrichene Menge:

- 1 Tasse entspricht 250 ml
- 1 Teelöffel (TL) entspricht 5 ml
- 1 Esslöffel (EL) entspricht 10–15 ml

OFENTEMPERATUREN

Die richtige Ofentemperatur kann eine entscheidende Rolle für das Gelingen eines Gerichts spielen.

Umrechnung Elektroherd in Gas

Grad Celsius	Gas Stufe
110 °C	¼
130 °C	½
140 °C	1
150 °C	2
170 °C	3
180 °C	4
190 °C	5
200 °C	6
220 °C	7
230 °C	8
240 °C	9
250 °C	10

BUTTER & EIER

Je frischer, desto besser – das ist das Motto, insbesondere wenn es um Eier und Milchprodukte geht.

butter

Oft wird die Frage nach Süß- oder Sauerrahmbutter gestellt. Sauerrahmbutter besitzt einen etwas höheren Säureanteil, der Saucen möglicherweise leichter scheiden lassen könnte, was in der Praxis jedoch zu vernachlässigen ist. Prinzipiell gilt, dass die Butter – egal, ob Süß- oder Sauerrahm – sehr frisch sein sollte. Alles andere ist Geschmackssache. Manche Köchinnen und Köche verwenden für Pikantes Sauerrahm- und für Süßes Süßrahmbutter; auch regionale Präferenzen können eine Rolle spielen.

eier

Sofern nicht anders angegeben, werden Hühnereier von circa 60 Gramm verwendet; dies entspricht der Gewichtsklasse M. Von der Eigröße kann der Erfolg eines Rezepts abhängen. Besonders für Backwaren, bestimmte Desserts, Soufflés und Baiser spielt die Größe der Eier eine Rolle. Zum Backen sollten die Eier Raumtemperatur haben; nehmen Sie sie etwa 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank.

Eier bleiben länger frisch, wenn man sie im Kühlschrank in dem Karton aufbewahrt, in dem man sie gekauft hat. Verarbeiten Sie für Rezepte, die rohe oder nur leicht überbrühte Eier verlangen (wie etwa in Mayonnaisen und Dressings), nur ganz frische Eier. Eier können mit Salmonellen verunreinigt sein, die besonders für Kinder, ältere Menschen und Schwangere gefährlich sein können.



A

- ananas-limetten-granita 180**
- apfel**
 - apfel-gurken-pickles 112
 - sellerie-apfel-salat 119
- asianudeln**
 - grünteenukeln mit dashi-ingwer-tofu 62
 - rindfleischsuppe mit nudeln 42
- aubergine**
 - geschmorte miso-auberginen 133
- auflauf**
 - grießschnitten mit käse überbacken 136
 - gemüse-speck-auflauf 136
- avocado**
 - quinoasalat mit avocado und grünen bohnen 119

B

- baklava, gemogelte 160**
- banane**
 - bananenbrot 148
 - bananenpuddings, karamellierte 174
 - bananensplit, karamellierter 174
- barbecue-sauce** siehe grillsauce
- basilikum**
 - basilikum-ricotta-gnocchi mit schmortomaten 72
 - gremolata 82
 - ofenrisotto mit basilikum, zitrone und parmesan 133
- biskuitschnitte mit himbeeren 148**
- blitz-karottenkuchen 151**
- blumenkohl**
 - gebackener blumenkohl mit kräutern 126
 - marokkanischer blumenkohlsalat 119
 - pasta mit knusprigem blumenkohl 16
 - suppe von geröstetem blumenkohl und kichererbsen 89
- brisket, langsam geschmortes 95**
- brownies**
 - salzige brownies mit schoko-karamell-sauce 154
- burger**
 - rindfleisch-burger mit balsamico und chorizo 68
 - sloppy joes (Hackfleisch-Sandwiches) 103

C

- cashew-hühnchen-satéspieße 68**
- cavolo nero**
 - salat von gegrilltem cavolo nero und ricotta 33
- chai-granita 169**

- chicken-wings, knusprige 72**
- chili**
 - chili-ahornsirup-grillsauce 79
 - chilidressing 108
 - chili-limetten-mayonnaise 62
 - geröstetes chilisalz 52
 - pfannengerührter lachs in karamellisiertem chilisud 56
- choc-chip-cookies mit rosinen und haferflocken 143**
- chocolate-chunk-cookie zum teilen 143**
- chorizo**
 - rindfleisch-burger mit balsamico und chorizo 68
 - schmorkürbis mit tomaten und chorizo 52
- cookies**
 - choc-chip-cookies mit rosinen und haferflocken 143
 - chocolate-chunk-cookie zum teilen 143
- curry**
 - lammhaxen mit würziger currypaste 98
 - muscheln mit rotem thai-curry und kokos-limetten-sambal 46
 - pfannengerührtes hähnchen mit grünem curry 62
 - rotes curry-schmorhähnchen 46

D

- dashi-ingwer-tofu 62**
- dressings** siehe saucen und dressings
- dukkah**
 - hähnchenschnitzel mit dukkah-kruste 26
- dumplings**
 - dumplings mit schweinefleisch und garnelen 103
 - suppe mit garnelen-dumplings 103

E

- eis**
 - himbeer-pavlova-eis 187
 - mango-kokos-eis 171
 - tiramisu-eis 187
- ente**
 - knusprige ente mit ingwerpflaumen 82
 - kohlsalat mit asia-ente 56
- erdbeeren mit balsamico-karamell 180**
- erdnussbutter-schoko-fondants 154**

F

- feigen**
 - tartes mit feigen, honig und ziegenkäse 160
 - panzanella mit feigen, feta und rucola 133

feta

- fetacreme 122
- panzanella mit feigen, feta und rucola 133
- zucchini-feta-puffer 36
- fisch und meeresfrüchte**
 - fisch-tacos mit limetten-tequiladressing 105
 - fischfilets mit zitronensauce und knusprigem dill 42
 - knuspriger lachs mit zwiebel-dill-pickles 39
 - krabben-pasta mit ofengeschmorten kirschtomaten 108
 - muscheln mit rotem thai-curry und kokos-limetten-sambal 46
 - pfannengerührter lachs in karamellisiertem chilisud 56
 - suppe mit garnelen-dumplings 103
 - thai-lachsküchlein mit chili-limetten-mayonnaise 62
- fondant**
 - erdnussbutter-schoko-fondants 154
- frittata**
 - ziegenkäse-frittata mit rucola-gremolata 23

G

- garnelen**
 - dumplings mit schweinefleisch und garnelen 103
 - suppe mit garnelen-dumplings 103
- gemüse-speck-auflauf, rustikaler 136**
- geschmortes** siehe auch schmorgerichte
- glasur**
 - frischkäse-glasur 151
 - quitten-glasur 33
 - schoko-glasur 145
 - zitronen-glasur 154
- gnocchi mit schmortomaten 72**
- granatapfelsud 89**
- granita**
 - ananas-limetten-granita 180
 - chai-granita 169
- gratin** siehe auflauf
- gremolata**
 - basilikum-gremolata 82
 - rucola-gremolata 23
- grießschnitten mit käse überbacken 136**
- grillsauce 79**
- grüne bohnen**
 - quinoasalat mit avocado und grünen bohnen 119
- grünes curry**
 - pfannengerührtes hähnchen mit grünem curry 62
- grünkohl**
 - grünkohlsalat mit huhn 12
 - pasta mit grünkohl-cashew-pesto 56

grüntee-nudeln mit dashi-ingwer-tofu 62

gurke

apfel-gurke-pickles 112

H

hackfleischrollen 98

haferflocken

choc-chip-cookies mit rosinen und haferflocken 143

hähnchen/huhn

brathähnchen 82

cashew-hähnchen-satéspeieße 68

gegrilltes hähnchen mit weißem pfeffer 23

griechische zitronen-joghurt-spießchen 16

grünkohlsalat mit huhn 12

hähnchen in salbei-knoblauch-marinade 59

hähnchen mit knusprigem pancetta und parmesan 26

hähnchen-sandwiches 46

hähnchenschnitzel mit dukkah-kruste 26

huhn à la waldorf 33

hühner-bolognese mit knusprigem oregano 12

hühner-laksa 72

knackig-pikanter grünkohlsalat mit huhn 12

knusprige chicken-wings 72

marokkanisch gewürztes hähnchen 108

muscheln mit rotem thai-curry und kokos-limetten-sambal 46

pastetchen mit huhn und pilzen 93

pfannengerührtes hähnchen mit grünem curry 62

pikante hühner-laksa 72

rotes curry-schmorhähnchen 46

salat mit huhn und zitronengras 19

schmorhähnchen mit estragon und zitrone 16

thai-hähnchensalat mit kokos-dressing 42

harissa-röstbrot 36

himbeeren

himbeer-pavlova-eis 187

biskuitschnitte mit himbeeren 148

honig

honigdressing 12

tartes mit feigen, honig und ziegenkäse 160

I

ingwer

dashi-ingwer-tofu 62

ingwer-pflaumen 82

J

joghurt

griechische zitronen-joghurt-spießchen 16

joghurtdressing 98

zitronen-joghurt-kuchen 154

K

kalbsküchlein mit salbei 33

kandierte kerne

mandeln 174

walnüsse 33

karamell

balsamico-karamell 180

karamellierte bananenpuddings 174

karamellierte pflaumen mit chai-granita 169

karamellierter bananensplit 174

karamellsauce 174

schoko-karamell-tarte mit salzflocken 183

karotten

blitz-karottenkuchen 151

karotten-linsen-suppe 36

süß-saurer karotten-radieschensalat 122

würziger schmorkarottensalat 126

käsekuchen

passionsfrucht-törtchen 160

kekse siehe cookies

kichererbsen

suppe von geröstetem blumenkohl und kichererbsen 89

kohlsalat mit asia-ente 56

kokos

kokosdressing 42

kokoskrokant 169

kokos-limetten-sambal 46

kokos-passionsfrucht-kuchen 174

kokos-semifreddo 171

mango-kokos-eis 171

nektarinen-kokos-tarte 177

koriander-tahini-dressing 46

krabben-pasta mit ofengeschmorten

kirschtomaten 108

kuchen

bananenbrot 148

biskuitschnitte mit himbeeren 148

blitz-karottenkuchen 151

orangen-mandel-kuchen 143

passionsfrucht-törtchen 160

zitronen-joghurt-kuchen 154

kürbis

lasagne mit spinat, ricotta und kürbis 79

schmorkürbis mit tomaten und chorizo 52

L

lachs

thai-lachsküchlein mit chili-limetten-mayonnaise 62

knuspriger lachs mit zwiebel-dill-pickles 39

pfannengerührter lachs in karamellisiertem chilisud 56

laksa

pikante hühner-laksa 72

lamm

geschmorte sherry-lammhaxe 112

lammbraten mit karamellisierten zwiebeln und oliven 75

lammhackbällchen mit quitte 98

lammshulter mit schmorknoblauch und harissa 93

lammhaxen mit würziger currypaste 98

langsam geschmorte lammshulter in granatapfelsud 89

pikante fladen mit tahini-lammfleisch 49

lasagne

lasagne mit spinat, ricotta und kürbis 79

lauch

langsam geschmortes rind mit lauch 112

limette

ananas-limetten-granita 180

chili-limetten-mayonnaise 62

kokos-limetten-sambal 46

limetten-tequila-dressing 105

linsen

karotten-linsen-suppe 36

M

mandeln

kandierte 174

orangen-mandel-kuchen 143

mango-kokos-eis 171

maracuja siehe passionsfrucht

marokkanisch

marokkanisch gewürztes hähnchen 108

marokkanischer blumenkohlsalat 119

mayonnaise

chili-limetten-mayonnaise 62

meeresfrüchte siehe fisch und meeresfrüchte

meeresfrüchte

melt-and-mix vanille-cupcakes 163

miso-auberginen 133

mogel-lasagne mit spinat, ricotta und kürbis 79
mozzarellasalat mit knusprigem rosenkohl 136
muffins 148
mürbeteig 196
muscheln mit rotem thai-curry und kokos-limetten-sambal 46

N

nektarinen-kokos-tarte 177
nudeln siehe asia-nudeln oder pasta

O

obst mit minzzucker 180
ochsenbrust siehe brisket
orange
 orangen-mandel-kuchen 143
 orangensirup 143

P

pfannkuchen
 schoko-pfannkuchen aus dem ofen 187
pancetta
 hähnchen mit knusprigem pancetta und parmesan 26
 pancetta-tartes mit ziegenkäse und birne 36
panzanella mit feigen, feta und rucola 133
paprikadressing 52
passionsfrucht
 einfaches soufflé 189
 kokos-passionsfrucht-kuchen 174
 passionsfrucht-törtchen 160
 zitronen-baiser-törtchen 157
pasta
 basilikum-ricotta-gnocchi mit schmortomaten 72
 hühner-bolognese mit knusprigem oregano 12
 krabben-pasta mit ofengeschmorten kirschtomaten 108
 lasagne mit spinat, ricotta und kürbis 79
 pasta mit grünkohl-cashew-pesto 56
 pasta mit knusprigem blumenkohl 16
 pasta mit rosenkohl und brauner butter 26
 pasta mit pikanter fenchelwurst 23
pavlova-eis mit himbeeren 187
pesto
 grünkohl-cashew-pesto 56
petersiliensalat 23
pfeffersteaks 29
pfirsich
 pfirsich melba mit kokoskrokant 169
 pfirsiche in bellini-sirup 169

pflaume
 ingwer-pflaumen 82
 karamellierte pflaumen mit chai-granita 169
piadinas mit schinken und käse 52
pickles
 apfel-gurke-pickles 112
 süß-saurer karotten-radieschen-salat 122
 zwiebel-dill-pickles 39
pastetchen mit huhn und pilzen 93
popovers 129
porchetta (schweinerollbraten) 79
puddings
 karamellierte bananenpuddings 174
puffer
 quinoapuffer mit grünkohl und zitrone 93
 zucchini-feta-puffer 36
 pulled pork, pikantes 85

Q

quinoa
 quinoapuffer mit grünkohl und zitrone 93
 quinoasalat mit avocado und grünen bohnen 119
quitten-glasur 33

R

radieschen
 süß-saurer karotten-radieschen-salat 122
 radieschensalat 26
ribs siehe rippchen, schweinerippchen
ricotta
 lasagne mit spinat, ricotta und kürbis 79
 salat von gegrilltem cavolo nero und ricotta 33
rind
 burger mit balsamico und chorizo 68
 glasierte short ribs 82
 langsam geschmortes brisket 95
 langsam geschmortes rind mit lauch 112
 rindfleischsuppe mit nudeln 42
 ochsenbrust 95
 pfeffersteaks 29
 sloppy joes (Hackfleisch-Sandwiches) 103
 thai-rind mit karottensalat
rippchen
 glasierte short ribs vom rind 82
 schweinerippchen mit chili-ahorn-sirup-grillsauce 79
risotto
 ofenrisotto mit basilikum, zitrone und parmesan 133

rogan josh
 lammhaxen mit würziger currypaste 98
rosenkohl
 knuspriger rosenkohl 136
 rosenkohl mit pasta und brauner butter 26

rosinen
 choc-chip-cookies mit rosinen und haferflocken 143

röstbrot mit harissa 36

rotes curry
 muscheln mit rotem thai-curry und kokos-limetten-sambal 46
 rotes curry-schmorhähnchen 46

rucola
 panzanella mit feigen, feta und rucola 133
 rucola-gremolata 23

S

salate
 kohlsalat mit asia-ente 56
 marokkanischer blumenkohlsalat 119
 mozzarellasalat mit knusprigem rosenkohl 136
 panzanella mit feigen, feta und rucola 133
 petersiliensalat 23
 quinoasalat mit avocado und grünen bohnen 119
 radieschensalat 26
 rustikaler tomatensalat mit fetacreme 122
 salat von gegrilltem cavolo nero und ricotta 33
 schmorkürbis mit tomaten und chorizo 52
 sellerie-apfel-salat 119
 süß-saurer karotten-radieschensalat 122
 thai-hühchensalat mit kokos-dressing 42
 tomatensalat 36
 würziger schmorkarottensalat 126
salbei
 hähnchen in salbei-knoblauchmarinade 59
salz
 geröstetes chilisalz 52
 mit salz marinierte schweinekoteletts 89
 salz-karamell-schoko-brownies 154
 schoko-karamell-tarte mit salzflocken 183
 sumachsatz 126
sambal, kokos-limetten- 46
saté, cashew-hühnchen-satéspieße 68
saucen und dressings, pikant
 chili-ahornsirup-grillsauce 79

chili-limetten-mayonnaise 62
 chilidressing 108
 fetacreme 122
 grillsauce 79
 honigdressing 12
 joghurt-dressing 98
 kokosdressing
 koriander-tahini-dressing 46
 limettendressing
 paprikadressing 52
 senfdressing 119
 tahini-dressing 119
 zitronendressing 119
 zitronen-honig-dressing 12
saucen und dressings, süß, siehe auch
 glasur
 karamellsauce 174
 orangensirup 143
 vanille-creme 148, 180
 schinken-käse-piadinis 52
schmorgerichte
 brathähnchen 82
 gegrilltes hähnchen mit weißem
 pfeffer 23
 geschmorte sherry-lammhaxe 112
 lamnbraten mit karamellisierten
 zwiebeln und oliven 75
 lammschulter mit schmorknoblauch
 und harissa 93
 langsam geschmorte lammschulter
 in granatapfelsud 89
 langsam geschmortes rind mit
 lauch 112
 rotes curry-schmorhähnchen 46
 schmorhähnchen mit estragon
 und zitrone 16
 schmortomaten 72
 schweinebraten mit pfeffer-salz-
 kruste 68
 würziger schmorkarottensalat 126
schnitzel
 hähnchenschnitzel mit dukkah-
 kruste 26
schokolade
 choc-chip-cookies mit rosinen und
 haferflocken 143
 chocolate-chunk-cookie zum teilen 143
 erdnussbutter-schoko-fondants 154
 salz-karamell-schoko-brownies 154
 schokoglasur 145
 schoko-karamell-tarte mit salz-
 flocken 183
 schoko-pfannkuchen aus dem ofen 187
 schoko-rührkuchen 145
schwein
 dumplings mit schweinefleisch und
 garnelen 103
 fleischrollen in blätterteig 98
 koreanisches schweinefleisch mit apfel-
 gurke-pickles 112

pasta mit pikanter fenchelwurst 23
 porchetta (rollbraten) 79
 pulled pork 85
 schweinebraten mit pfeffer-salz-
 kruste 68
 schweinerippchen mit chili-ahornsirup-
 grillsauce 79
sellerie-apfel-salat 119
semifreddo
 kokos-semifreddo 171
senfdressing 119
sherry-lammhaxe, geschmort 112
short ribs vom rind, glasiert 82
**sloppy joes (Hackfleisch-Sandwi-
 ches) 103**
sommerobst mit minzzucker 180
soufflé
 einfaches 189
 himbeer-soufflé 189
spießchen
 cashew-hühnchen-satéspeieße 68
 griechische zitronen-joghurt-
 spießchen 16
spinat
 lasagne mit spinat, ricotta und
 kürbis 79
steaks
 pfeffersteaks 29
sumachsatz 126
suppen
 einfache rindfleischsuppe mit
 nudeln 42
 karotten-linsen-suppe 36
 suppe mit garnelen-dumplings 103
 suppe von geröstetem blumenkohl
 und kichererbsen 89
T
tacos
 fisch-tacos mit limetten-tequila-
 dressing 105
tahini-dressing 119
tartes, pikante
 pancetta-tartes mit ziegenkäse und
 birne 36
 pikante fladen mit tahini-lamm-
 fleisch 49
 tartes mit feigen, honig und ziegen-
 käse 160
 tomaten-tartes mit burrata und
 rohschinken 12
tartes, süße
 nektarinen-kokos-tarte 177
 schoko-karamell-tarte mit salz-
 flocken 183
 zitronen-baiser-törtchen 157
teig
 heißwasser-teig 93
 mürbeteig 196

thai
 muscheln mit rotem thai-curry und
 kokos-limetten-sambal 46
 thai-hühnchensalat mit kokos-
 dressing 42
 thai-lachsküchlein mit chili-limetten-
 mayonnaise 62
 thai-rind mit pikanten karotten-
 salat 108
tiramisu-eis 187
tofu
 grüntee-nudeln mit dashi-ingwer-
 tofu 62
 tofu mit knuspriger sesam-kruste 52
tomaten
 ofengeschmorte kirschtomaten 108
 schmortomaten 72
 tomatensalat 36
 tomatensalat mit fetacreme 122
 tomaten-tartes mit burrata und
 rohschinken 12

V

vanillecreme 148, 180

W

waldorf, huhn à la 33
 walnusskerne, kandierte 33

Z

ziegenkäse
 pancetta-tartes mit ziegenkäse
 und birne 36
 tartes mit feigen, honig und ziegen-
 käse 160
 ziegenkäse-frittata mit rucola-
 gremolata 23
zitrone
 griechische zitronen-joghurt spieß-
 chen 16-
 ofenrisotto mit basilikum, zitrone
 und parmesan 133
 zitronen-baiser-törtchen 157
 zitronen-glasur 154
 zitronen-honig-dressing 33
 zitronen-joghurt-kuchen 154
 zitronensauce 42
 zitronentörtchen 163
zucchini
 frittierte zucchini-sticks 122
 zucchini-feta-puffer 36
zwiebeln
 goldbraun überbackene zwiebeln 126
 karamellierte zwiebeln 75
 zwiebel-dill-pickles 39

