

# Rezeptverzeichnis „nach Heft“ 2022

## Heft 1-2

Tofu-Bolognese 1-2/10  
Tofu-Knusper-Schnitzel 1-2/11  
Tofu-Tikka-Masala 1-2/11  
Apple-Maple-Konfitüre 1-2/13  
Federkohl-Bananen-Smoothie 1-2/17  
Sauerkraut-Speck-Wähe mit Paprikaguss 1-2/24  
Bohnencremesuppe mit gebratenen Rotkabisstreifen 1-2/25  
Kleine Rotkabisstrudel mit Meerrettichsauce 1-2/26  
Entenbrust mit Rotkabis-Feigen-Gemüse 1-2/29  
Orecchiette mit Kabisstreifen, Pinienkernen und Sultaninen 1-2/30  
Kabis aus dem Ofen mit Koriander-Limetten-Butter 1-2/31  
Schwarzwurzelrisotto mit Salbei-Zitronenbutter 1-2/35  
Emmer-Grissini mit Gewürzen 1-2/37  
Urdinkel-Tätschli mit Süsskartoffelsalat 1-2/38  
Kamutsal mit Avocado, Apfel und Rauchlachs 1-2/39  
Zwiebel mit Dinkelcouscous-Käse-Füllung 1-2/40  
Taccozzette alla Trapanese 1-2/46  
Cavatelli mit Tomaten-Ricotta und Zucchetti 1-2/49  
Pici mit Salsiccia und Broccoli 1-2/51  
Ravioli mit Kartoffeln und Sultaninen 1-2/52  
Käseherzen auf Chioggia-Randensalat 1-2/57  
Rotkabis-Cappuccino 1-2/57  
Lammrückenfilet an Rotweinsauce 1-2/58  
Kleine Mohnknödel mit Federkohlgemüse 1-2/60  
Granatapfel-Pannacotta mit Himbeeren 1-2/61  
Mozzarella mit Lauch und Oliven 1-2/62  
Kichererbsensuppe mit Spinat 1-2/63  
Penne mit Broccoli-Pesto und Süsskartoffeln 1-2/64  
Pouletschnitzelchen mit Rohschinken und Käse 1-2/65  
Fisch an Meerrettichsauce mit Dillkartoffeln 1-2/66  
Tortilla mit Bohnen-Tomaten-Salsa 1-2/67  
Safran-Quarkkuchen aus dem Glas mit Orangen 1-2/70  
Birnenkompott mit Ingwer und Meringue-Rahm 1-2/71  
Apfel-Hefeschnecken-Torte 1-2/72  
Orientalische Kaffee-Schokoladen-Mousse 1-2/72

## Heft 3

Mango Mule 3/10  
Schokoladen-Drip-Cake mit Himbeeren 3/13  
Gerstensalat mit Radicchio und Nüssen 3/17  
Selleriesalat mit Trockenfleischstreifen 3/25  
Flammenkuchen mit Spinat und Mostbröckli 3/26

Spinat-Risotto mit Hobelfleisch 3/28  
Bresola-Carpaccio mit marinierten Champignons und Parmesan 3/29  
Buchweizensuppe mit Steinpilzen und Bündnerfleisch 3/30  
Weisse Lorbeer-Bohnen und Peperoni 3/34  
Borschtsch-Suppe 3/37  
Saure Leber mit Selleriestock 3/38  
Rindsragout auf Sauerbraten-Art 3/39  
Gebratene Fischfilets mit Lattich und Balsamico tradizionale 3/40  
Gelberbsensuppe mit Gnagi 3/44  
Grünerbsensalat mit Broccoli und Spinat 3/47  
Gelberbsen-Dal 3/49  
Hummus von zweierlei Erbsen mit Knoblauch-Fladenbrot 3/50  
Tajerin con Polpa di Vitello – Eiernudeln mit Kalbfleischsauce 3/54  
Insalatina degli Ortolani – Gärtnersalat 3/54  
Rotolino di Pollo ripieno – gefüllte Pouletbrüstchen mit Schinken und Spinat 3/56  
Fagotto di Mele – Apfeltaschen 3/58  
Carote in Padella – gedünstete Rüepli 3/59  
Knusper-Eier mit Rauchlachs an Senf-Dressing 3/62  
Pizokel mit Bündnerfleisch und grünem Gemüse 3/63  
Couscoussalat mit Pastinaken und Peperoni 3/64  
Schweinsfilet-Kräuter-Röllchen 3/65  
Quetsch-Kartoffeln mit Radieschensauce 3/66  
Gemüse-Curry-Reis 3/67  
Quark-Omelette mit marinierten Kiwis 3/70  
Kiwi-Bananen-Sorbet 3/71  
Kiwi-Kokosnuss-Crumble 3/72  
Kiwi-Lollys mit Sesam 3/72  
Ungebackener Kiwi-Frischkäse-Cake 3/73

#### **Heft 4**

Kalbfleischbällchen Stroganoff 4/11  
Szechuan-Gin-Tonic 4/13  
Shakshuka mit frischem Grün 4/23  
Wachsweiche Eier und Rauchlachs mit grüner Sauce 4/25  
Indisches Eiercurry 4/26  
Spargel-Kresse-Salat mit pochierten Eiern 4/27  
Kräutersuppe mit Eierflaum 4/28  
Pilz-Zwiebel-Rührei 4/29  
Schweinschulter-Wurst-Spiesse mit Rosmarin und Cannellini-Dip 4/33  
No-Meat-Steak an Portweinsauce 4/36  
Pflanzlicher Frühling-Burger 4/36  
Asiatische Nudelsuppe mit scharfem Hack 4/38  
No-Meat-Chicken-Bohnen-Eintopf 4/40  
Tatar vom geröstetem Huhn mit Süsskartoffeln und Orangen 4/44  
Kohlrabi-Apfel-Tatar 4/46  
Kalbfleisch-Tatar mit Spargelsalat 4/48  
Asiatisches Saiblings-Tatar mit Mango 4/51  
Hackbällchen-Spiesse mit Tomaten-Dip 4/54

Brunch-Eier-Muffins vom Grill 4/54  
Frühlingsgemüse-Linsen-Salat 4/56  
Sonnenblumen-Kernenbrötchen vom Grill 4/57  
Ostertörtchen vom Grill mit Beeren 4/60  
Lachs vom Grill an Orangen-Vinaigrette 4/61  
Mozzarella mit Stangensellerie und Oliven 4/64  
Pilz-Pasta mit Kräutern 4/65  
Teufels-Huhn mit Paprika-Dip 4/67  
Lammkoteletts mit Süsskartoffelpüree und Rumbutter 4/68  
Überbackene Fischfilets an Senf-Pfeffer-Rahm 4/69  
Ofen-Kohlrabi mit Spinat 4/70  
Passionsfrucht-Cheesecake 4/74  
Zebra-Cheesecake mit Schokolade 4/74  
Baskischer Fischkäsekuchen 4/76  
Zitronen-Ricotta-Cake ohne Boden 4/77

## Heft 5

Kleine Erbsenflans 5/11  
Pasta mit 'Nduja und Barba di frate 5/14  
Muttertags-Muffins 5/17  
Blumenkohlpüree mit Erbsen und Spinat 5/24  
Broccoli-Taboulé mit Burrata 5/25  
Gebratener Romanesco mit Schweinssteak 5/27  
Gebratener Blumenkohl mit Tomaten und Fenchelsamen 5/28  
Romanesco-Broccoli-Suppe mit Mozzarella 5/19  
Pasta mit Broccoli, Haselnüssen und Speck 5/31  
Schnelle Pizza mit Quark-Öl-Teig 5/34  
Pikanter Rüebl-Cake 5/36  
Käsegebäck mit Mohn 5/38  
Quark-Lauch-Taschen 5/39  
Spargel-Kräuter-Pastetchen 5/43  
Spargel-Kartoffel-Salat mit panierten Lammschnitzelchen 5/44  
Lachs mit mariniertem Spargel 5/46  
Chorizo in Cidre 5/50  
Artischocken an Vinaigrette 5/50  
Gebackene Oliven 5/50  
Mandel-Knoblauch-Huhn 5/52  
Eingelegte Peperoni 5/54  
Katalanische Creme 5/55  
Kartoffel-Tortilla 5/56  
Kopfsalat mit Ei und Sbrinzdressing 5/60  
Mediterraner Kartoffelstock 5/61  
Entrecôte mit Pfefferbutter und Pilzen 5/62  
Spinat-Fusilli 5/63  
Parmesan-Pouletbrüstchen mit Ofengemüse 5/64  
Zanderfilet an Erbsen-Safran-Sauce 5/65  
Erdbeer-Granita mit gerösteten Pistazien 5/68  
Griess-Flammeri mit Erdbeer-Pesto 5/69

Erdbeer-Schnee 5/70  
Rhabarber-Crumble 5/72  
Rhabarber-Tarte-Tatin mit Vanillerahm 5/73  
«Duftendes» Schweinefleisch mit Chinakohl 5/83

## **Heft 6/7**

Zitronenlimonade 6-7/10  
Feta-Knöpfe 6-7/15  
Berbere 6-7/16  
Wildkräuter-Ravioli mit Zitronenbutter 6-7/22  
Löwenzahn-Frittata mit Peperon Salat 6-7/24  
Pochierte Fischfilets mit Sauerklee-Rahmsauce 6-7/24  
Wildkräuter-Ricotta-Tarte 6-7/26  
Wildkräuter-Erdbeer-Salat mit grilliertem Poulet 6-7/27  
Die Urform: Pinsa romana 6-7/31  
Pinsa – Grundrezept 6-7/32  
Pinsa mit Caramel-Zwiebeln, Spinat und Burrata 6-7/34  
Pinsa mit mariniertem Feta, Peperoni und Oliven 6-7/37  
Pinsa mit Birnen, Gorgonzola dolce und Rohschinken 6-7/38  
Pasta mit Fenchel-Sugo 6-7/42  
Fenchel-Couscous-Salat mit Granatapfel 6-7/43  
Gebackener Käse-Kräuter-Fenchel mit Poulet 6-7/44  
Fenchel-Zitronen-Suppe mit gerösteten Kichererbsen 6-7/46  
Radieschensalat mit Kerbel-Dressing 6-7/48  
Kartoffelpaste mit Knoblauch und Oliven 6-7/52  
Mit Reis gefüllte Krautstielblätter mit Tsatsiki 6-7/52  
Crevetten-Saganaki 6-7/53  
Hackbällchen in Zitronensauce 6-7/54  
Spinat-Pastete 6-7/56  
Feigenkompott mit griechischem Joghurt und Honig 6-7/57  
Zucchettisalat mit Thon 6-7/60  
Käse-Omelett mit Bündnerfleisch-Vinaigrette 6-7/61  
Schweinsmedaillons mit Cherrytomaten an Kräutersauce 6-7/62  
Tagliatelle mit Chorizo-Bolognese und Burrata 6-7/63  
Kopfsalatstrudel mit Schinken und Frischkäse 6-7/64  
Mangold-Ricotta-Gratin 6-7/65  
Heidelbeer-Cheesecake-Eistorte 6-7/68  
Kaffee-Stracciatella-Torte 6-7/69  
Aprikosen-Eierlikör-Eisgugelhopf 6-7/70  
Schneller Beeren-Vacherin-Eiscake 6-7/71  
Gefüllte Zucchini 6-7/83

## Heft 8

Tafelspitz mit Tomaten-Gurken-Vinaigrette 8/10  
Wassermelonen-Slush 8/13  
Bagels 8/15  
Tomaten-Feigen-Salat mit Basilikumdressing 8/24  
Sugo von Ofentomaten mit mariniertem Ricotta 8/25  
Tomaten-Kokos-Curry mit Fisch 8/26  
Tomaten-«Schnitzel» mit Kartoffel-Bohnen-Salat 8/26  
Auberginen und Zucchini mit Tomaten-Tatar 8/28  
Zitronenmelissen-Tabouleh mit Wassermelone 8/31  
Wassermelonenschalen-Pickles 8/34  
Zwetschgenkonfitüre mit Tonkabohne 8/36  
Hausgemachtes Ajvar 8/37  
Eingelegte rote Zwiebeln 8/38  
Apfelspalten in Holundersaft 8/39  
Bohnen-Quiche 8/42  
Italienischer Bohnensalat mit Röstbrot 8/43  
Coco-Bohnen mit Mozzarella 8/44  
Kalbsröllchen mit Bohnen, Birnen und Speck 8/47  
Melonen-Gurken-Salat mit Feta 8/52  
Peperoni- und Zucchini-Röllchen mit Burrata 8/53  
Schnittlauchsalat 8/54  
Gefüllte Kartoffeln vom Grill 8/54  
Hausgemachter Peperoni-Senf 8/56  
Gefüllte Hacksteaks mit Spinat und Frischkäse 8/57  
Himbeer-Muffins 8/58  
Stockbrot mit und ohne Speck 8/59  
Kalte Gemüsesuppe mit Joghurt 8/62  
Salat von grünen Bohnen mit Räucherforelle 8/63  
One-Pot-Hörnli mit Hackfleisch und Gemüse 8/64  
Mais-Ricotta-Fritters mit Cherrytomaten 8/65  
Pouletbrüstchen im Papier 8/66  
«Grüne» Paella 8/67  
Quark-Brombeer-Taschen 8/70  
Brombeer-Pfirsich-Kuchen mit Mandel-Zimt-Kruste 8/71  
Mascarpone-Amaretti-Creme mit Brombeerkompott 8/72  
Brombeeren mit weißem Portwein-Sabayon 8/73  
Schnelle Blätterteigpastete 8/83

## Heft 9

Gebratene Steinpilze mit grünen Nudeln 9/10  
Johannisbeersirup 9/13  
Catalogna mit Pinienkernen und Rosinen 9/14  
Felchen-Saltimbocca mit Tomaten-Kapern-Salat 9/22  
Egfilets auf Jungsalat mit Zitronendressing 9/23  
Fischküchlein mit Kartoffelwedges und Gurkendip 9/24  
Pochierte Forelle mit Wurzelgemüse an Meerrettichsauce 9/26

Tagliatelle mit Räucherfisch und Tomaten 9/28  
Crostini mit Pilz-Oregano-Paste 9/32  
Pancotto 9/35  
Bündner Brotauflauf mit Krautstiel 9/36  
Gemischtes Gemüse mit Brot-Parmesan-Füllung 9/38  
Käsenocken 9/39  
Pikanter Hackfleisch-Pie 9/42  
Kleine Poulet-Pies mit Tomatenkompott 9/44  
Mediterraner Linsen-Pie mit Kartoffelkruste 9/46  
Apple Pie 9/49  
Melonenbällchen in Portwein 9/52  
Crevettencocktail mit Tomaten und Gurken 9/53  
Tomaten-Oliven-Risotto mit Burrata 9/54  
Rucolasüppchen 9/54  
Geschnetzeltes Rindfleisch an Pfeffer-Kräuter-Sauce 9/56  
Schokoladencreme mit Aprikosen 9/59  
Käse-Broccoli-Salat an Senfdressing 9/62  
Rührei-Toast mit Käse und Schwarzwälder Schinken 9/63  
Pasta mit Steinpilzpesto und Cherrytomaten 9/64  
Fischfilets mit Tomaten-Kräuter-Kruste 9/65  
Schweinssteak an Salbeisauce 9/66  
Tomaten-Gerstotto mit mariniertem Feta 9/67  
Zwetschgen-Cupcakes mit Mascarpone 9/70  
Zitronen-Meringue-Cupcakes 9/71  
Cupcakes Belle Hélène 9/72  
Bienenstich-Cupcakes 9/73  
Gebratener Tofu-Spinat 9/83

## Heft 10

Kartoffelsuppe 10/10  
Kartoffel-Safran-Suppe 10/11  
Kartoffelsuppe mit gerösteter Chorizo 10/11  
Kartoffelsuppe mit pochiertem Ei 10/11  
Eingemachter scharfer Knoblauch 10/14  
Randenrisotto mit Meerrettichschaum 10/17  
Mit Niedertemperatur gegarte ganze Ente 10/22  
Scharfes Enten-Curry 10/23  
Entenspiess auf Couscous-Salat mit Orangen und Datteln 10/25  
Entenbrust auf Lauch-Pfeffer-Gemüse 10/26  
Papardelle mit Enten-Sugo 10/29  
Südafrikanische Tomatensauce auf Burrata-Polenta 10/34  
Mariniertes Schweinsfilet aus dem Ofen 10/36  
Piri-Piri-Rüebli auf Bohnenpüree 10/37  
Gemüsesalat mit scharfem Asia-Dressing 10/39  
Pasta an Baumnußsauce mit Cherrytomaten 10/42  
Kürbis-Nuss-Küchlein an Kürbissauce 10/44  
Gefüllter Tomme im Nussmantel auf Blattsalat 10/46  
Haselnuss-Cake 10/48  
Hamme mit Schnittlauch-Rettich-Tatar 10/52

Zanderfilets mit Bier-Senf-Sauce 10/53  
Poulet und Gemüse in Bierteig frittiert mit Sauerrahm-Dip 10/54  
Weizenbier-Parfait 10/57  
Gerösteter Blumenkohl mit Safran und Mandelreis 10/60  
Poulet-Minifilets an Curry-Gemüse-Sauce 10/61  
Fischküchlein mit Kräuter-Joghurt-Sauce 10/62  
Überbackener Croque Monsieur 10/63  
Lamm-Tagliata auf Gurken-Feta-Salat 10/64  
Pasta mit Rübli-Pesto 10/65  
Trauben-Cheesecake-Muffins 10/68  
Trauben-Zitronen-Sorbet 10/69  
Mandelmousse mit Trauben-Rotwein-Kompott 10/70  
Weissweincreme mit Traubensalat 10/70  
Schweinssteak an Apfel-Senf-Butter 10/83

## Heft 11

Gästezöpfl 11/11  
Cidre-Cocktail 11/14  
Crème Dubarry – Blumenkohlsuppe 11/17  
Cordon bleu mit Raclettekäse und Sauerkraut 11/26  
Raclettekäse-Salat mit Kürbis und Caramel-Nüssen 11/28  
Hacksteaks mit Raclettefüllung 11/29  
Mit Raclettekäse überbackene Kartoffeln und Pilze 11/29  
Polenta-Pizza mit Mangold und Chili-Raclettekäse 11/30  
Ziegen-Frischkäse mit Thymian-Orangen-Marinade 11/35  
Quinoa-Salat mit Randen und Orange 11/37  
Buchweizensuppe mit Wintergemüse und Kressepesto 11/38  
Amaranth-Küchlein mit Federkohlgemüse 11/39  
Kabisröllchen mit Buchweizen-Süsskartoffel-Füllung 11/40  
Tortellini in Brodo 11/45  
Curry vom Suppenhuhn 11/46  
Burger vom Suppenhuhn 11/48  
Hausgemachte Bouillon vom Suppenhuhn 11/50  
Selleriecremesuppe mit Meerrettich-Gremolata 11/54  
Steinpilz-Polenta 11/55  
Schweinsbraten in Süssmost 11/57  
Apfelkompott mit Honig-Sauerrahm 11/58  
Lyoner-Salat mit Radicchio 11/62  
Marroni-Pilz-Risotto 11/63  
Schweinskoteletts mit gebratenen Birnen 11/64  
Gerösteter Butternusskürbis mit Peperoni-Bulgur 11/65  
Federkohl mit weissen Bohnen an Joghurtsauce 11/66  
Truthahngeschnetztes an Zitronen-Dörrtomaten-Sauce 11/67  
Zitronenglace 11/68  
Cheesecake-Törtchen mit Himbeersauce 11/70  
Latte-macchiato-Mousseline 11/71  
Iced Espresso 11/72  
Apfelmus-Limetten-Schichtcreme 11/73  
Bohnensuppe mit Federkohl 11/83

## Heft 12

Bûche de Noel 12/13  
Glüh-Gin 12/14  
Kabis-Strudel 12/19  
Mini-Peperoni mit orientalischer Pouletfüllung 12/22  
Salami-Gorgonzola-Crostini mit Feigen 12/23  
Crostini mit geräucherter Forelle 12/23  
Roastbeef-Crostini mit Rotwein-Schalotten 12/23  
Pasta-Muffins 12/24  
Börek mit Spinat-Erbesen-Füllung 12/27  
Limettensüppchen mit Petersilienöl 12/28  
Avocado-Tacos mit Sbrinz 12/30  
Safran-Fenchel mit Gurken-Joghurt 12/31  
Mandel-Schoko-Splitter mit Cranberrys 12/33  
Powerkugeln im Kokosmantel 12/34  
Ingwer-Zitronen-Shortbread 12/35  
Orangen-Schoko-Trüffel 12/36  
Rüebli-Bananen-Brownies 12/37  
Kalbsschmorbraten mit Salzzitrone und Sellerie 12/40  
Niedergegarte Schweinsnuss mit Paprika-Kabis 12/43  
Filet Wellington 12/44  
Truthahnbrust mit Kürbis-Apfel-Stampf und Gorgonzola-Sauce 12/46  
Sellerie mit Granatapfel, Haselnüssen und Belper Knolle 12/50  
Gemüsebouillon mit Rosenkohl und Safran-Nocken 12/51  
Kürbis-Ravioli mit Radicchio-Sugo 12/53  
Zitronen-Pannacotta mit Caramelsauce 12/54  
Burrata mit Mango, Rucola und Oliven 12/58  
Blitz-Cannelloni mit Broccoli und Frischkäse 12/59  
Lachs auf Gurken-Meerrettich-Risotto 12/60  
Bratwurst-Linsen-Topf 12/61  
Überbackene Senf-Pouletbrüstchen 12/62  
Ramequin mit Pilzen 12/63  
Haselnuss-Apfel-Taschen 12/66  
Gewürzknöpfe mit Caramel und Fleur de Sel 12/66  
Mangokräpfchen 12/68  
Aprikosen-Mohn-Rauten 12/69  
Mandelkugeln mit Amarena-Kirschen 12/70  
Linguine mit Radicchio und Wurst 12/82

## Warenkunde

Sauerkraut 1-2/8  
Salbei 1-2/34  
Blut- und Leberwurst 3/8  
Lorbeer 3/35  
Rucola 4/8  
Rosmarin 4/32  
Chinakohl 5/8  
'Nduja – Gewürzwurst aus Kalabrien 5/15

Cima di Rapa 5/30  
Welches Öl zum Backen? 5/37  
Kichererbsen 6-7/8  
Berbere 6-7/16  
Pinsa 6-75/33  
Kerbel 6-7/49  
Brombeeren 8/8  
Bagels 8/14  
Zitronenmelisse 8/30  
1x1 des Einmachens 7/35  
Tonkabohne 8/36  
Aubergine 9/8  
Catalogna 9/15  
Oregano 9/33  
Brotreste 9/38  
Zwiebeln 10/8  
Harissa 10/25  
Verjus 10/70  
Birnen 11/8  
Thymian 11/34  
Palmkohl 12/8  
Crostini rösten 12/23  
Amarena-Kirschen 12/71