

Lexikon und Küchenpraxis: die wichtigsten Kräuter und Gewürze und ihre Verwendung in der Küche.

LEXIKON	8
Ob Wildkraut, Kräutertopf, Gewürz oder fertige Würz- sauce – hier gibt es grundlegende und praktische Infor- mationen zu den wichtigsten Kräutern, Gewürzen und Würzmitteln, die in der Küche zum Einsatz kommen.	
KÜCHENPRAXIS	26
Grundlagen zu Einkauf und Verwendung von Kräutern und Gewürzen.	
IN DER KRÄUTERKÜCHE	28
Würzkräuter selbst ziehen oder in guter Qualität kaufen, hacken oder schneiden, trocknen oder tiefkühlen, Wiegemesser oder Kräutermühle? Antworten auf diese Fragen und vieles Interessante mehr gibt es hier.	
WÜRZMISCHUNGEN	38
Individuelle Mischungen, selbst hergestellte Öle und Essige aus Kräutern – so macht das Aromatisieren mit Kräutern Spaß.	
IN DER GEWÜRZKÜCHE	46
Eine Grundausstattung an Basis-Gewürzen in kleinen Mengen, ein paar wenige, gute Utensilien und einige Grundregeln für die Lagerung und Verwendung von Gewürzen: richtig Würzen leicht gemacht.	
WÜRZMISCHUNGEN	52
Hier gibt es eine kleine Auswahl an Gewürzmischungen, die je nach Lust und individuellem Geschmack verändert werden können: experimentieren erwünscht.	

Rezepte: einfach köstlich gewürzt und raffiniert abgeschmeckt. Mit vielen Vorschlägen für Würzvarianten.

Nachschlag:
Register und
nützliche
Bezugsadressen.

REZEPTE	64
SALATE & SUPPEN	66
Als Starter, Zwischengang oder kleine Mahlzeit – frische Salate und feine Suppen passen immer.	
SNACKS & DIPS	114
Sie sind köstliche Appetizer, partytaugliches Fingerfood und großartig auf jedem Vorspeisen-Büfett.	
NUDELN & REIS	142
Die echten Verwandlungskünstler – wie geschaffen für Variationen mit Kräutern und Gewürzen.	
KARTOFFELN, GEMÜSE & HÜLSENFRÜCHTE	188
Ob Beilage oder Hauptgericht, ob indisch, mediterran, asiatisch oder arabisch gewürzt – hier wird gezeigt, wie unendlich vielseitig sie sind.	
FISCH & MEERESFRÜCHTE	234
Gebeizter Lachs, kräutergefüllte Forelle oder Seafood-Curry mit Zitronengras und Koriander – superfrisch und unwiderstehlich.	
FLEISCH & GEFLÜGEL	270
Vom klassischen Roastbeef über Involtini-Variationen und asiatisch gewürzten Tafelspitz bis zum marokkanischen Hähnchen.	
DESSERTS	316
Süß und verführerisch – mal leicht und fruchtig, mal richtig üppig.	

REGISTER	344
Alle Rezepte und Würzvarianten auf einen Blick; mit enthalten: ein ausführliches Stichwortregister.	
BEZUGSADRESSEN	359
Saatgut, Topfkräuter, bekannte und exotische Gewürze, aber auch andere Lebensmittel – hier findet jeder, was er braucht.	
IMPRESSUM	360