

**08 GEMÜSE**

- 10 Spargel
- 22 Erbsen, Linsen, Bohnen
- 34 Brokkoli und Blumenkohl
- 40 Wildkräuter
- 46 Zwiebeln und Lauch
- 54 Spinat und Mangold
- 60 Kohlrabi
- 66 Kartoffeln
- 74 Kürbis
- 82 Pilze
- 96 Wurzelgemüse
- 104 Kohl und Kraut

**118 FLEISCH UND GEFLÜGEL**

- 120 Rindfleisch und Kalbfleisch
- 134 Schweinefleisch
- 144 Wild
- 152 Hähnchen
- 160 Ente und Gans

**168 FISCH**

- 170 Saibling
- 176 Forelle
- 190 Zander
- 194 Scholle

**198 OBST**

- 200 Beeren
- 216 Kirschen
- 220 Zwetschgen
- 226 Äpfel und Birnen

**04** Vorwort

**06** Hinter den Kulissen

**234** Die Köchinnen und Köche und ihre  
Rezepte

**236** Register

**240** Impressum