

Steckbrief 4

Vorwort 6

Interview 8

Kapitel 1

Vorspeisen, Salate & leichte Suppen 10

Küchenwissen: Eier 32

Kapitel 2.1

Hauptspeisen - vegetarisch 36

Küchenwissen: Knoblauch 44

Kapitel 2.2

Hauptspeisen - Fleisch & Geflügel 54

Küchenwissen: Soforthilfen 60

Kapitel 2.3

Hauptspeisen - Fisch & Meeresfrüchte 78

Küchenwissen: Fisch 86

Kapitel 3

Beilagen 96

Kapitel 4

Kleine Gerichte 110

Küchenwissen: Baguette 118

Küchenwissen: Käseplatte 132

Kapitel 5

Desserts 138

Küchenwissen: Mousse au chocolat 156

Register 164

Impressum 166