

928

CLEVERE

KÜCHENTIPPS

VON KULINARIKEXPERTE
PATRICK ZBINDEN

MIT ILLUSTRATIONEN VON
SJOERD VAN ROOIJEN

WERDVERLAG

6 Vorwort

9	Obst	41	Gemüse
10	Beeren allgemein	42	Gemüse allgemein
11	Brombeeren	42	Artischocken
11	Erdbeeren	44	Auberginen
12	Heidelbeeren	45	Bohnen
13	Himbeeren	47	Erbsen
13	Holunder	48	Fenchel
14	Johannisbeeren / Cassisbeeren	49	Gurken
15	Stachelbeeren	50	Karotten
15	Steinobst allgemein	53	Kartoffeln
16	Aprikosen	56	Kefen (Zuckerschoten)
17	Kirschen	56	Knoblauch
18	Nektarinen / Pfirsiche	58	Kohlgemüse allgemein
19	Trauben	59	Blumenkohl
20	Zwetschgen & Pflaumen	60	Broccoli
21	Kernobst allgemein	61	Chinakohl
22	Äpfel	61	Federkohl / Grünkohl
24	Birnen	62	Kohlrabi
25	Quitten	63	Romanesco
26	Südfrüchte allgemein	63	Rotkohl / Weisskohl
27	Ananas	64	Rosenkohl
28	Avocados	65	Wurz / Wirsing
30	Bananen / Bananenblätter	66	Keimlinge & Sprossen
31	Feigen	68	Krautstiel / Stielmangold
32	Granatäpfel	68	Kürbis
33	Kakis / Sharonfrüchte	70	Lauch
34	Kaktusfeigen	71	Pastinaken
34	Kiwis	72	Peperoni / Gemüsepaprika
35	Mangos	73	Radieschen
36	Passionsfrüchte / Maracujas	74	Randen / Rote Bete
36	Melonen	75	Rettsich
38	Zitrusfrüchte	75	Rhabarber
		76	Schwarzwurzeln
		77	Sellerie

78	Spargel	125	Milchprodukte
81	Spinat	126	Milchprodukte allgemein
82	Süßkartoffeln	127	Butter / Buttermilch
83	Tomaten & Tomatillos	128	Joghurt
85	Topinambur	129	Käse
86	Zucchini & Zucchettblüten	133	Milch
87	Zwiebeln & Frühlingszwiebeln	134	Quark / Blanc Battu / Frischkäse
		134	Rahm / Sahne
91	Gewürze, Kräuter & essbare Blüten	137	Fleisch, Innereien & Fisch
92	Gewürze allgemein	138	Fleisch allgemein
94	Ätherische Aromaöle	142	Geflügel
95	Chilis & Co	144	Kalb
99	Curry	145	Kaninchen
99	Ingwer	145	Lamm
101	Pfeffer	146	Rind
101	Safran	147	Schwein
102	Salz	148	Wild
104	Vanille & Zimt	149	Innereien allgemein
105	Kräuter allgemein	149	Hirn
109	Wildkräuter allgemein	149	Kutteln
109	Bärlauch	149	Leber
111	Brennnessel	151	Milke / Bries
113	Brunnenkresse	151	Nieren
113	Essbare Blüten	152	Fisch allgemein
117	Essig & Öl	159	Getreide & Getreideprodukte
118	Essig	160	Brot
120	Öl	162	Getreide & Mehl
		165	Teigwaren / Asia-Pasta
		168	Reis
		173	Index