

Hiltl.

Vegetarisch

nach

Lust

und

Laune

- 09 Vorwort
- 10 Rolf Hiltl im Gespräch  
mit Beat Caduff

## Suppen

- 14 Karottensuppe
- 16 Linsen-Kastanien-Suppe
- 18 Gurkensuppe
- 20 Gemuse-Gazpacho

## Salate

- 24 Guacamole
- 25 Chinesischer Spargelsalat
- 26 Karottensalat
- 28 Taboulé
- 30 Fenchel-Apfel-Salat
- 32 Orangensalat mit Datteln
- 36 Lauchsalat
- 37 Thai-Salat
- 38 Kürbissalat
- 42 Süsskartoffelsalat
- 44 Kichererbsensalat
- 46 Nepal-Linsen-Salat

## Gemüse Pasta

- 50 Safran-Artischocken
- 52 Ratatouille
- 54 Gurken-Tomaten-Ragout
- 55 Gemüsetopf
- 56 Pommes Provençales
- 57 Auberginenfrikassee
- 58 Spargel an Mascarpone-  
sauce
- 60 Peperoni-Apfel-Gulasch
- 64 Caponata
- 66 Weisse Peperoni
- 67 Zucchetti an Safransauce
- 68 Kürbis sweet & sour
- 70 Masaman Thai-Curry
- 72 Chicorée-Piccata
- 74 Kastaniengemüse
- 76 Spaghetti mit  
Bärlauchpesto

## Getreide Pilze

- 80 Mais-Lauch-Plätzchen
- 82 Gerstenrisotto
- 83 Gorgonzola-Polenta
- 84 Steinpilzragout
- 86 Pilzragout an Marsalasauce
- 88 Pilz-Stroganoff

---

## Tofu & Co.

- 92 Tofu Napolitaine
- 94 Züri-Geschnetzeltes
- 96 Tofu sweet & sour
- 98 Lime-Tofu
- 99 Paprikageschnetzeltes
- 100 Casimir

## Indisch

- 104 Chapati
- 105 Kachori
- 106 Jaffna-Okrais
- 107 Koriander-Pilaf
- 108 Ravaya
- 110 Südindische Curry-Eier
- 111 Indische Snake Beans
- 114 Basmatireis
- 115 Lemonreis
- 116 Dushin Rothli
- 117 Vadai
- 118 Auberginen-Curry
- 120 Südindisches Avial
- 122 Paneer
- 123 Paneer Makhani
- 124 Rajma
- 125 Bengalisches Gemüse
- 126 White Curry
- 128 Jeera Dal

## Arabisch

- 132 Arabisches Bamja
- 134 Couscous Marrakesch
- 136 Libanesisches Badingal

## Saucen Chutneys

- 140 Limetten-Salatsauce
- 142 Ingwer-Raita
- 144 Mayonnaise
- 145 Almonaise
- 146 Dattel-Chutney
- 148 Kokos-Chutney
- 150 Gemüsebouillon
- 151 Masaman-Curry-Paste
- 154 Tahina
- 154 Shrikand
- 155 Madras-Sauce
- 155 Kresse-Salatsauce

## Desserts

- 158 Brownies
- 160 Mango-Glace
- 162 Nuss-Salat
- 164 Osterkuchen

## Drinks

- 168 Frühlingswecker
- 168 Herbst-Saft
- 168 Tropical
- 168 Chlaus-Saft
- 168 Abricotine
- 168 Melo-Melo
- 170 Masala-Kaffee
  
- 172 Hinweise zu den Rezepten
  
- 174 Team
  
- 176 Die Hiltl-Geschichte
  
- 182 Hybrides Konzept
  
- 186 Für Sie zu Hause
  
- 188 Statements von Gästen
  
- 192 Ausgezeichnet