

MAURICE MAGGI

ESSBARE STADT

Wildwuchs auf dem Teller
Vegetarische Rezepte mit Pflanzen aus der Stadt

AT VERLAG

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	9	
EINFÜHRUNG	10	
DER UMGANG MIT ESSBAREN WILDPFLANZEN	14	Tipps zum Sammeln
	15	Tipps zum Kochen
FRÜHLING	19	Rezepte
	89	Tavolata
	100	Pflanzenporträts
SOMMER	107	Rezepte
	153	Tavolata
	166	Pflanzenporträts
HERBST	171	Rezepte
	235	Tavolata
	246	Pflanzenporträts
WINTER	253	Rezepte
	293	Tavolata
	300	Pflanzenporträts
AUSKLANG	306	Glossar
	312	Zu Autor, Fotografin, Illustratorin, Grafiker
	314	Danke
	316	Pflanzenverzeichnis
	319	Rezeptverzeichnis