

# Inhalt

<i>Vorwort</i> .....	7
Das Bergische Land .....	9
Wuppertal .....	10
Remscheid .....	12
<i>vorspeisen und Appetit-Häppchen</i> .....	15
Warmer Feldsalat .....	16
Soleier .....	17
Bergischer Wöschbrei oder Schmeerbrei .....	18
Biersuppe .....	19
Wuppertaler Speckpfannkuchen .....	20
Rindfleischsuppe .....	21
Kottenbutter .....	22
Burger Brezel .....	23
Bergisches Nullbrot .....	24
Solingen .....	26
Burscheid .....	28
<i>Hauptgerichte – Gemüse</i> .....	31
Dicke Bohnen mit Speck .....	32
Saure Bohnen .....	33
Grünkohl mit Mettwürstchen .....	34
Wuppertaler Kappes (Kohl) .....	35
Burscheider Wintergemüse .....	36
Möhrengemüse .....	38
Steckrüben-Kartoffelpüree .....	39
Endivienjemangs .....	40
Rübstiel mit Speck und Kartoffeln .....	41
Zwiebelkuchen „Solingen“ .....	42

<i>Hauptgerichte – Kartoffeln</i> .....	45
Döppekooche .....	46
Reibekuchen .....	48
Potthucke .....	49
Himmel un Äd .....	50
Bergischer Kartoffelsalat .....	52
Pellkartoffeln mit Kräuterquark .....	53
Bratkartoffeln mit Rührei und grünem Salat .....	54
Bergische Reibepucks .....	56
Pillekuchen .....	57
Linneweber .....	58
Bergische Knuddeln .....	59
 <i>Hauptgerichte – Fleisch</i> .....	 61
Rinderrouladen „Bergische Art“ .....	62
Hasenpfeffer .....	64
Sauerbraten .....	65
Bergischer Fleischtopf .....	66
Geschmorte Schweinerippchen .....	67
Süßsaure Schweinenierchen .....	68
Haxe vom Lamm „Wuppertal“ .....	69
Rehkeule „Bergisches Land“ .....	70
Hämmchen mit Sauerkraut .....	72
Frische Bratwurst mit Rosenkohl .....	73
Panhas .....	74
Martinsgans .....	75
Wildschweinbraten .....	76
 <b>Odenthal</b> .....	 78
<b>Bergisch Gladbach</b> .....	80

<i>Hauptgerichte – Fisch</i> .....	83
Kabeljau nach Hausfrauenart .....	84
Miesmuscheln .....	85
Aal gebraten .....	86
Gebratene Forellen .....	87
Gebratener grüner Hering .....	88
Heringsstipp mit Pellkartoffeln .....	89
<i>Suppen &amp; Eintöpfe</i> .....	91
Bergische Kartoffelsuppe .....	92
Erbsensuppe mit Blutwurst .....	93
Weiße Bohnensuppe mit Mettwurst .....	94
Linseneintopf .....	95
Odenthaler Graupensuppe .....	96
Quer durch den Garten .....	97
Engelskirchen .....	98
Lindlar .....	99
Neunkirchen-Seelscheid .....	100
<i>Süßspeisen – Kuchen Kekse und Waffeln für die Bergische Kaffeetafel</i> .....	103
Prumentat (Pflaumenkuchen) .....	104
Bergische Waffeln .....	105
Streuselkuchen „Engelskirchen“ .....	106
Haferflocken-Plätzchen .....	107
Muzemandeln .....	108
Blatz „Bergische Art“ .....	109
Ballebäuskes .....	110
Rodonkuchen .....	111
Berliner Brot .....	112

<i>Süßspeisen – Desserts</i> .....	115
Weincreme .....	116
Bergischer Scheiterhaufen .....	117
Arme Ritter .....	118
Bergische Backäpfel .....	119
Milchreis mit Zimt und Zucker .....	120
Gummersbach .....	122
Bergneustadt .....	124
<i>Register</i> .....	126
<i>Bildnachweis</i> .....	127