

Inhalt

Vorwort	7
---------------	---

Rezepte

Vorspeisen, Beilagen und Leckerer für „Zwischendurch“	9
--	---

Eijerschmier	10
--------------------	----

Eijerpannkuche	11
----------------------	----

Bettseichersalat	12
------------------------	----

Mehlklee	13
----------------	----

Rettichsalat	14
--------------------	----

Warmer Grumbiersalat	15
----------------------------	----

Wasserspatzen	16
---------------------	----

Salzige Dampfnudeln	18
---------------------------	----

Suppen	21
--------------	----

Knochebrich	22
-------------------	----

Brockelbohnesupp	23
------------------------	----

Grumbiersupp	24
--------------------	----

Linsesupp	25
-----------------	----

Der Hunsrück – eine Entdeckungsreise	27
---	----

Dort, wo die Kelten zu Hause waren	28
--	----

Auf Schusters Rappen den Römern auf der Spur	29
--	----

Spuren des Mittelalters	29
-------------------------------	----

Eine erlebnisreiche Urlaubsregion	33
---	----

<i>Kartoffel- und Gemüsegerichte</i>	35
Schlabberkappes	36
Erbspüree	39
Broodgrumbiere	40
Schales	41
Gefüllte Grumbiereklees	42
Grumbierwaffle	44
Stampes mit Speckgriebcher	45
Grumbierpannekuche	46
Pellkartoffeln mit Zwieweltunke	47
Quer durch de Gaade	48
Moede un Klees	50
Dicke Bohnen mit Speck	53
Grünkohl Hunsrücker Art	54
Schnittlauchsalat mit Pellkartoffeln	55
Zwiebelkuchen	56

*Entdecken Sie die Städte
und schönen Orte*

Simmern	60
Kastellaun	65
Kirchberg	66
Emmelshausen	67
Rheinböllen	67

Fleisch- und Wurstgerichte

Himmel und Erde nach Hunsrücker Art	70
Grumbierworscht	72
Pellgrumbiere mit Leberworschtsauce	73
Leberworscht	74
Hackfleischkiechelcher	75
Hunsrücker Spießbraten vom Blech	76

Kappesrouladen	78
Rindsrouladen	80
Kastellauner Schwenkbraten	82
Kröstchenbraten Hunsrücker Art	84
Gräwes	86
Aschebraten	87
Argenthaier Tellersülze	88
Sauerfleisch	89
<i>Gerichte mit Fisch</i>	91
Heringsstipp	92
Forellen	93
Gebackene Rotaugen	94
Bratfisch	95
<i>Eine Traumreise entlang des rechten Moselufers</i>	97
Trier	98
Bernkastel-Kues	101
Traben-Trarbach	102
Treis-Karden	105
Koblenz und Deutsches Eck	106
<i>Köstliches für die Kaffeetafel</i>	109
Krimmelkuchen	110
Beereflure	111
Hunsrücker Apfelkuchen	112
Buttergebackenes	114
Kranzkuchen	115
Quetschekuche	116
Wecken	117
Süße Dampfnudeln	118
Rahmküchle	119

<i>Nachspeisen</i>	121
Kirscheis	122
Milchreis mit Zucker und Zimt	123
Himbeertraum	124
Hunsrücker Weincreme	125
<i>Register</i>	126
<i>Bildnachweis</i>	127