

Inhalt

Basics

Kochen mit Bauch und Verstand: Die Gemüse-Tüte-Küche	8
Mit allen Sinnen: Einkauf	12
Wider dem traurigen Bund: Lagerung	13
Weniger ist mehr: Die Grundausrüstung.....	14
Keine Kunst, aber wichtig: Die Grundtechniken	16
Gemüsekunde	18

Rezepte

Vorspeisen	34
Suppen	48
Salate	58
Gratins	82
Hauptgerichte	92
Desserts	132
Register	146