

Inhalt

Landkarte	9
Einleitung	10-11
Altena	12
Restaurant Burg Altena	13
Rezept / Wirsingroulade mit Zander	13-14
Winterberg	15
Deimels Restaurant	16
Rezept/1 Gang: Wildkraftbrühe mit hausgemachten Ravioli	16
2 Gang: Forellenfilet auf Gemüsestreifen	17
3 Gang: Kalbsfilet unter der Mandelkruste an Amarettosauce	17
4 Gang: Gefüllter Topfencrepe mit Fruchtsoße	18
Willingen	19
Willinger Brauhaus	19-20
Rezept/Wildschweinkoteletts mit Mandelkartoffeln an Waldpilzen	20-21
Attendorn	22
Olpe	23
Rezept/Angus Rinderfilet mit Riesengarnelen auf buntem Nudelnest	24
Unna	25
Restaurant Meisterhaus	26
Rezept/Millefeuille von Buttermilchmousse mit Kirschen	26-27
Velbert	28
Restaurant Haus Stenberg	28-29
Rezept/Dicke Bohnen mit Lammgeschnetzeltem in Kräuterrahm	30-31

Hattingen	31
Das Pfannekuchenhaus	31-32
Rezept/Vegetarischer Gemüsepfannkuchen	33
Hansestadt Dortmund	34-35
Restaurant "Zum Treppchen"	35-36
Rezept/Münsterländer Zwiebelfleisch	36-37
Waltrop	38
Burbaum´s Restaurant	39
Rezept/Waltroper Spargelpfanne	40
Recklinghausen	41
Landhaus - Hotel Scherrer	42
Rezept/Scherrer´s Lammrücken unter der Kräuterkruste	43
Herne	44
Restaurant Ratsstuben Herne	44-45
Rezept/Spanische Paella a la Ratsstuben	45-46
<u>Sonderteil Lünen</u> Lünen a.d. Lippe	47-48
Restaurant " Zum Stockey"	48-49
Rezept/Schweinefilet auf Lauchsauce mit Räucherlachs und Kräuternocken	49-50
Ristorante Da Rocco	51
Rezept/Carpaccio vom Milchlamm	51-52
Milchlammfilet a la Rocco	52-53
Ristorante Bella Italia	53-54
Rezept/Wolfsbarsch a la Chef	54
Birne mit Barolo-Wein an Zimtmouse	55
Restaurant Brauhaus Drei Linden	56
Rezept/Salat von Zander und Blutwurst	57
Gefüllter Rinderrücken auf Hövels Bitterkraut	58-59
Pumpnickelcreme mit Altbierschaum	59-60
China Restaurant MW Lounge	60

Rezept / Peking Ente	61-63
Stolzenhoff	64
Nordkirchen	65
Landhotel Plettenberger Hof	66
Rezept/Buchweizenblinis mit hausgebeiztem Lachs an Senf-Dill Sauce	66-67
Olfen	68
Freizeitpark Gut Eversum	68-69
Rezept/Poulardenbrust mit Blattspinat und Kartoffelkuchen	70
Ascheberg	71
Restaurant Hugo im Dahl	72-73
Münster	74-76
Pinkus Müller - Brauerei und Altbierküche	76-77
Rezept/Münsterländer Töttchen	78-79
Restaurant Wielers "Kleiner Kiepenkerl"	80-81
Rezept/Dicke Bohnen mit Kasseler und Speck	82-83
Davert Jagdhaus	83-84
Rezept/In Spätburgunder geschmorte Rinderbäckchen	84-85
Nachwort	86-87
Register	88-91
Alphabetisches Rezeptverzeichnis	92-93
Notizen	94-101