



Annemarie Wildeisen

Seelenwärmer

Lustvoll kochen und geniessen



atVERLAG

*Gerichte
für
Leib und Seele*

Annemarie Wildeisen
Seelenwärmer
Lustvoll kochen und geniessen



Inhalt

6	Vorwort
8	Das schmeckt jeden Tag
80	«Grüne» Tage
148	Alles für einen Sommertag
216	Genusstage
266	Backtage
296	Das Beste kommt zum Schluss
332	Rezeptverzeichnis



Vorwort

Essen und Kochen sind aus meinem Leben nicht wegzudenken. Ich bin in einer Familie aufgewachsen, in welcher der Esstisch im Mittelpunkt stand, da mein geschäftlich viel reisender Vater oft – meistens ohne grosse Ankündigung – Gäste mitbrachte. Für uns Kinder war das faszinierend, denn mit ihnen kam auch ein Stück Welt zu uns ins Haus. Deutsche, Südafrikaner, Brasilianer, Amerikaner oder Menschen aus ganz Skandinavien sassen am Tisch und genossen die einfachen, aber schmackhaften Gerichte meiner Mutter. Damals bekam ich wohl auch unbewusst mit, was für ein Seelenwärmer das Essen sein kann: Es verbindet die, die gemeinsam am Tisch sitzen, es bedeutet Nähe, Freude und Empathie, also sich auf andere und anderes einzulassen.

All das führte dazu, dass mich das Kochen ebenso faszinierte wie das Essen. Denn mit Kochen konnte man offenbar andere glücklich machen, und zwar auf einfache Art, wie meine Mutter mit ihrer Devise «Weniger ist mehr!» bewies. Es gibt Rezepte, die mich seit jeher immer so oder ähnlich begleitet haben. Dazu gehört zum Beispiel der Blumenkohl mit den «Brösmeli», der inzwischen in dieser Form sogar zu einer meiner erfolgreichsten Suppen wurde, oder das geschmetzelte Rindfleisch, von welchem meine Mutter immer gleich einen grossen Topf schmorte, damit sie wieder einen «eisernen» Vorrat für unerwartete Gäste bereit hatte. Manches Gericht habe ich schon hunderte Male gekocht, und meine Familie und Gäste lieben es immer noch, wohl auch deshalb, weil es ein Stück Beständigkeit und Tradition in einer schnelllebigen Zeit bedeutet. Man findet aber in diesem Buch auch Rezepte, die aus dem Bedürfnis heraus entstanden sind, im Alltag einen Moment innezuhalten und zu geniessen, auch wenn nicht viel Zeit zum Einkaufen und Kochen bleibt.

Der langen Rede kurzer Sinn: Ich hoffe, dass ich es mit diesen unkomplizierten, aber ganz unterschiedlichen Rezepten für ein ganzes Küchenjahr schaffe, auch Sie glücklich und zufrieden vom Tisch aufstehen zu lassen.

Annemarie Wildeisen

Nüsslisalat mit Kartoffel-Croûtons

Für Nüsslisalat laufe ich buchstäblich kilometerweit. Nicht nur, weil ich ihn so gerne mag, sondern weil ich immer auf der Suche nach den kleinstmöglichen Salatröschen bin – da ist mir kein Umweg zu weit. Einen Bogen hingegen mache ich um die riesengrossen Salatbüschel; sie schmecken meiner Meinung nach leicht mehlig und machen buchstäblich schlapp, kaum sind sie in der Sauce. Ebenfalls klein beziehungsweise fein gewürfelt müssen die Kartoffeln sein, die in diesem Rezept mit dem Nüsslisalat kombiniert werden. Am besten schmecken sie noch lauwarm; man kann sie aber gut 2–3 Stunden im Voraus zubereiten und kurz vor der Zugabe noch einmal 1–2 Minuten braten. Das Käse-Dressing schmeckt übrigens auch zu anderen, eher herben und robusten Blattsalaten ausgezeichnet, zum Beispiel zu Frisée, Radicchio oder Lattich.



Ergibt 4 Portionen

Käse-Dressing:

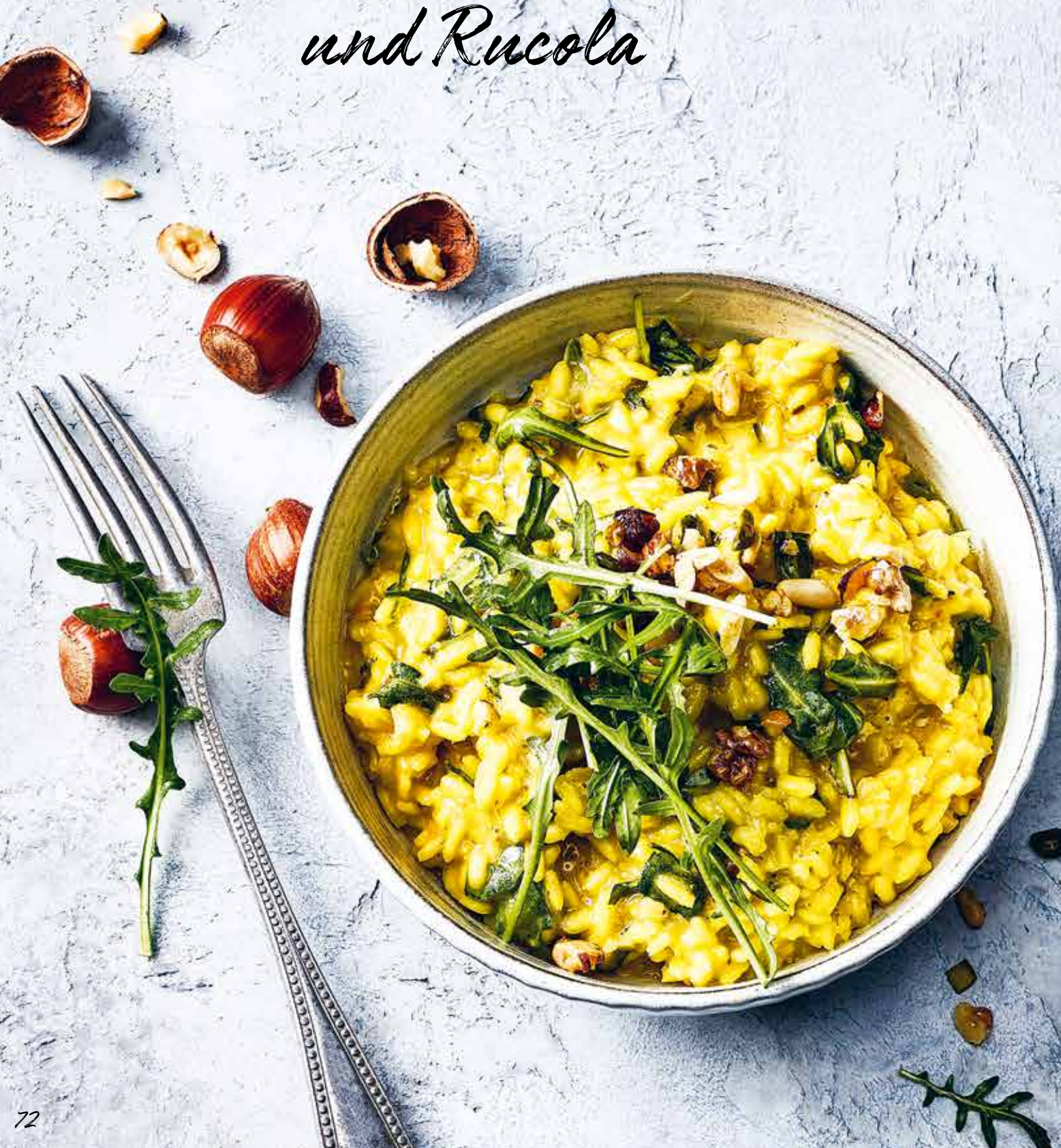
25 g frisch geriebener Parmesan oder Sbrinz
75 g saurer Halbrahm
1 Esslöffel Mayonnaise
1 Teelöffel grober Senf
4–5 Esslöffel weisser Balsamicoessig
4–5 Esslöffel Raps- oder Sonnenblumenöl
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Salat:

150 g Nüsslisalat (Feldsalat)
3 mittlere festkochende Kartoffeln, ca. 300 g
1 Esslöffel Bratbutter
Salz
8 Scheiben Bratspeck

- 1 Für das Dressing den Käse, den Halbrahm, die Mayonnaise, den Senf, den Balsamico, das Öl sowie etwas Salz und Pfeffer in einen hohen Becher geben. Mit dem Stabmixer zu einer sämigen Sauce pürieren; wenn nötig nachwürzen.
- 2 Den Nüsslisalat waschen und sehr gut abtropfen lassen.
- 3 Die Kartoffeln schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. In einer beschichteten Bratpfanne die Bratbutter erhitzen. Die Kartoffeln beifügen, leicht salzen und rundum goldbraun und weich braten.
- 4 Inzwischen die Speckscheiben quer in gut 1 cm breite Streifen schneiden.
- 5 Die Kartoffeln auf Küchenpapier abtropfen lassen. In der gleichen Bratpfanne die Speckstreifen knusprig braten. Ebenfalls auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 6 Den Nüsslisalat und die Kartoffelwürfel mit dem Dressing mischen. Den Salat in tiefen Tellern oder Schalen anrichten, mit dem Speck bestreuen und sofort servieren.

Safranrisotto mit Nüssen und Rucola



Für 4 Personen als Mahlzeit
Für 6–8 Personen als Vorspeise oder Beilage

2 Schalotten
80 g Rucola
130 g gemischte Nüsse und Kerne (z. B. Mandeln, Baumnüsse, Pecannüsse, Pinienkerne, Pistazien)
900 ml Gemüsebouillon
2 Briefchen Safran
25 g Butter zum Andünsten
2 Esslöffel Olivenöl
300 g Risottoreis (z. B. Carnaroli, Arborio, Vialone)
150 ml Weisswein
80 g Butter für die Nüsse und zum Verfeinern
50 g geriebener Parmesan oder Sbrinz
1 Esslöffel Zitronensaft
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Eine Nussmischung, wie man sie im Regal der Apéro-Snacks findet, verleiht diesem Risotto die spezielle Note. Ob die Nüsse gesalzen oder ungesalzen sind, spielt dabei keine Rolle. Selbstverständlich kann man auch nur eine Nusssorte verwenden, ganz nach Lust, Laune und Verfügbarkeit. Der Rucola, der am Schluss zum Risotto kommt, setzt nicht nur durch seine Farbe, sondern auch durch sein Aroma einen Kontrast zum Safran. Ersetzt werden kann er durch Spinat oder Federkohl. Letzterer muss allerdings zuerst mindestens 6 Minuten blanchiert werden; anschliessend zusammen mit der ersten Beigabe der Bouillon beifügen und mitgären.

- 1 Die Schalotten schälen und fein hacken. Den Rucola waschen, trocken schleudern und grob schneiden. Die Nüsse grob hacken.
- 2 Die Gemüsebouillon aufkochen und warm halten. Etwa 5 Esslöffel davon abnehmen, mit dem Safran verrühren und beiseitestellen.
- 3 In einem mittleren Topf die erste Portion Butter und das Olivenöl erhitzen. Die Schalotten darin andünsten. Den Reis beifügen und kurz mitrösten. Den Noilly Prat oder Weisswein dazugiessen und unter Rühren vollständig verkochen lassen. Anschliessend die Hälfte der Bouillon beifügen und unter häufigem Rühren vom Reis aufnehmen lassen. Dann die Safranflüssigkeit untermischen. Nach und nach die restliche Bouillon beifügen, bis der Risotto bissfest, aber noch sehr feucht in der Konsistenz ist.
- 4 Gleichzeitig 50 g der zweiten Portion Butter in einer Pfanne erwärmen. Die Nüsse beifügen und bei milder Hitze leicht rösten.
- 5 Wenn der Risotto bissfest ist, die restlichen 30 g Butter, den Rucola und den Käse untermischen und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Den Risotto zugedeckt auf kleinster Stufe noch etwa 2 Minuten ruhen lassen.
- 6 Den Risotto in vorgewärmten tiefen Tellern anrichten und jeweils etwas von der Nuss-Butter-Mischung darübergeben. Sofort servieren.

Zucchini-Frischkäse-Taschen

Wenn Sie Sandwichtoast im Vorrat haben, sollten Sie unbedingt auch diese ungewöhnlichen Teigtaschen ausprobieren. Anstelle von Teig wird nämlich Toastbrot als Hülle verwendet und mit einem Teil davon auch paniert. Anstatt mit Zucchini habe ich die Taschen auch schon mit Spinat gefüllt; wichtig ist dann, dass der Spinat nach dem Blanchieren oder Auftauen – falls tiefgekühlter und aufgetauter Spinat verwendet wurde – gut ausgedrückt wird, bevor er zu den restlichen Zutaten kommt.



Für 4–6 Personen

250 g kleine Zucchini
1 Peperoncino
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2–3 Esslöffel Olivenöl zum Dünsten
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
14 Scheiben Toastbrot
100 g Frischkäse (z. B. mit Kräutern, nature, Ziegenfrischkäse)
3 Eier
4–5 Esslöffel Olivenöl zum Braten

- 1 Den Stielansatz der Zucchini entfernen. Dann die Zucchini ungeschält an der Röstiraffel reiben. Den Peperoncino längs halbieren, entkernen, dann in lange Streifen und diese in kleinste Würfel schneiden. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe schälen und fein hacken.
- 2 In einer Bratpfanne das Olivenöl erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Peperoncino darin andünsten. Dann die Hitze höher stellen, die Zucchini beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen und 3–4 Minuten kräftig braten, bis sie Farbe angenommen hat. In eine Schüssel geben und abkühlen lassen.
- 3 Inzwischen 12 Toastbrotsscheiben grosszügig entrinden und beiseitelegen. Die Rinde sowie die beiden restlichen Brotscheiben mit einem grossen Messer fein hacken und in einen tiefen Teller geben.
- 4 Die beiseitegelegten Toastbrotsscheiben unter Klarsichtfolie dünn auswallen; dies braucht etwas Kraft.
- 5 Den Frischkäse zu den abgekühlten Zucchini geben und die Masse wenn nötig nachwürzen. Jeweils 1 Esslöffel Zucchetifüllung in die Mitte der ausgewallten Toastbrotsscheiben geben, diese zu einem Dreieck zusammenklappen und die Ränder mit den Fingern gut festdrücken.
- 6 In einem tiefen Teller die Eier mit einer Gabel gut verquirlen und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Die Brottaschen zuerst im Ei wenden, dabei die Ränder nochmals gut festdrücken. Anschliessend die Brote in den Toastbrotbröseln wälzen.
- 7 In einer Bratpfanne das Olivenöl erhitzen. Die Brottaschen darin, eventuell portionenweise, auf jeder Seite etwa 4 Minuten goldbraun braten.

Dazu passt als Beilage Salat.

Tomaten in Basilikumrahm



Wenn im Oktober die Tomatensaison endgültig zur Neige geht, nehme ich mit Wehmut für ein gutes halbes Jahr Abschied von diesem Gericht, denn es schmeckt wirklich nur mit vollreifen Tomaten. Aber ich gestehe: Ich sündige jedes Jahr bereits im Frühjahr, indem ich zu einem ebenso sündhaften Preis einige köstlich aromatische Tomaten aus südlichen Regionen kaufe, um damit dieses Gericht zuzubereiten – einfach um schon mal in Vorfreude zu schwelgen und die Sehnsucht auf die kommende Tomatensaison zu stillen.

Für 4 Personen

10 grosse Fleischtomaten, evtl. längliche Sorten (z. B. Peretti oder San Marzano)
3 Schalotten
3 Knoblauchzehen
1 Peperoncino
2 Esslöffel Butter
150 ml Noilly Prat (trockener Wermut) oder weisser Portwein
150 ml Gemüsebouillon
¼ l Rahm
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1 Bund Basilikum
50 g Parmesan oder Sbrinz

- 1 Reichlich Wasser aufkochen. Inzwischen den Stielansatz der Tomaten keilförmig heraus schneiden. Die Tomaten 15–20 Sekunden in das kochende Wasser geben, dann sofort wieder herausnehmen, kalt abschrecken und häuten. Die Tomaten der Länge nach halbieren und mit der Schnittfläche nach oben in eine Gratinform setzen.
- 2 Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.
- 3 Die Schalotten und Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Den Peperoncino längs halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden.
- 4 In einem mittleren Topf die Butter erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Peperoncino darin glasig dünsten. Den Noilly Prat oder Portwein sowie die Bouillon dazugießen und alles bei grosser Hitze knapp zur Hälfte einkochen. Dann den Rahm dazugießen, aufkochen und die Sauce mit dem Stabmixer fein pürieren. Die Sauce noch so lange kochen lassen, bis sie leicht bindet. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 5 Während die Sauce kocht, die Basilikumblätter von den Zweigen zupfen. Kleine Blätter beiseitelegen, die grossen Blätter nicht zu fein hacken. Den Käse fein reiben.
- 6 Das gehackte Basilikum in die Sauce geben und diese über die Tomaten in der Form giessen. Den Käse darüberstreuen. Dann die Tomaten sofort im vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille je nach Grösse und Festigkeit 15–20 Minuten backen. Sofort heiss servieren.

Tipp: Gern mag ich dazu ein Kartoffelpüree, für das ich die Zehen einer ganzen frischen Knoblauchknolle mitgare und zum Pürieren von Kartoffeln und Knoblauch anstelle von Butter Olivenöl verwende.



Himbeer-Clafoutis

Mit Rhabarber begann bei meiner Mutter die Saison dieses süßen Gratins, und mit Zwetschgen endete sie. Allerdings kam der französische Klassiker bei ihr nicht als Dessert auf den Tisch, sondern als von uns Kindern heiss geliebte süsse Mahlzeit. Denn eigentlich ist der Clafoutis ein herzhafter Früchteauflauf, den man unbedingt warm geniessen sollte. In meinem Rezept ist er zu einer zarten Dessertvariante mutiert, und am liebsten mag ich ihn mit Himbeeren zubereitet, was ihm eine feine säuerliche Note verleiht – genau richtig, um ein Essen abzurunden.

Für 6 Personen

400 g frische oder tiefgekühlte Himbeeren
50 g Mehl
60 g Zucker
½ Teelöffel Vanillepulver oder 1 Teelöffel Vanillepaste
3 Eier
150 ml Halbrahm
150 g Crème fraîche
Puderzucker zum Bestäuben

- 1 Den Backofen auf 180 Grad vorheizen (Umluft nicht empfehlenswert). Eine Tarteform von 24 cm Durchmesser oder 6 Portionenförmchen leicht buttern.
- 2 Frische Himbeeren nicht waschen, sondern nur verlesen. Tiefgekühlte Beeren auf einer doppelten Lage Küchenpapier antauen lassen.
- 3 Inzwischen in einer Schüssel das Mehl, den Zucker und die Vanille mischen. Die Eier beifügen und alles mit dem Schwingbesen glatt rühren. Den Halbrahm und anschliessend die Crème fraîche unterrühren.
- 4 Die Himbeeren in der Form verteilen und die Teigmasse darüber verteilen.
- 5 Den Clafoutis im vorgeheizten Ofen auf der zweituntersten Rille etwa 45 Minuten, in kleinen Formen etwa 25 Minuten, backen; der Auflauf soll innen noch cremig sein. 5 Minuten stehen lassen, dann mit Puderzucker bestäuben und sofort servieren.

Tipp: Wird der Clafoutis vorbereitet, die Teigmasse erst unmittelbar vor dem Backen über die Beeren geben.

REZEPTVERZEICHNIS

A

Aprikosen-Himbeer-Schichtdessert	314
Aprikosen-Zitronen-Cake	277
Auberginen mit Tomaten und Kräuterjoghurt	132
Avocado-Erbсен-Suppe, kalte	188
Avocado und Spitzpeperoni an Speck-Vinaigrette	20
Avocado-Clubsandwich	108

B

Balsamico-Fenchel	228
Basilikumcreme	264
Basilikum-Kalbfleisch mit Melone und Avocado	172
Basilikumpesto	103
Basilikumrahm	128
Basilikumsauce	172
Beeren-Quark-Kuchen	280
Blumenkohl, gebraten, mit Tomaten-Kapern-Butter	138
Blumenkohl, geröstet, mit Penne	48
Bodenkohlrabi, Gratin, mit Kartoffeln und Äpfeln	90
Bohnen, Gratin, mit Kartoffeln	110
Bratapfel	310
Bratwurst mit grüner Zwiebelsauce	170
Brioche, schnelle	292
Broccoli, Kräuter-	52
Broccoli-Couscous	119
Brotgebäck	
Weisse Pizza	289
Über-Nacht-Sonntagszopf	290
Schnelle Brioche	292
Fladenbrot mit Zwiebeln und Sesam	295
Brownies, doppelt schokoladige	274
Bundkarotten, gebacken, mit Avocado	115
Burger, Nizza-	256
Burrata mit Wassermelone	180
Burrata-Risotto mit Tomaten	68
Burrata-Suppe Caprese, kalte	178

C

Carbonara-Risotto	75
Carpaccio, Mozzarella-	184
Champignons, grilliert	212
Champignon-Peperoni-Spiess	119
Champignons mit Tomaten-Ricotta, gebacken	142
Chrüsi-Müsi-Salat	17
Clafoutis, Himbeer-	324
Clubsandwich, Avocado-	108
Couscous, Broccoli-	119
Crumble, Pfirsich-	326
Currylinsen mit pochiertem Ei	124

D

Desserts	
Bratapfel	310
Himbeer-Clafoutis	324
Karamelltöpfchen	316
Limettentörtchen	306
Passionsfrucht-Parfait	328
Pavlova mit marinierten Beeren	321
Pfirsich-Crumble	326
Schokoladenmousse-Creme	312
Summer Mess (Aprikosen-Himbeer-Schichtdessert)	314
Überbackenes Rhabarberkompott	322
Warmes Schokoladenküchlein	330
Zitronencreme	304

E

Eier pochieren, Grundrezept	122
Erbсен, mit Randensalat und Feta	25
Erbсен-Avocado-Suppe, kalte	188
Erbсен-Kopfsalat-Suppe	32
Erbсенgericht, Das allerbeste	186
Erbсен-Peperoni-Vinaigrette	184
Erbсен, mit Makkaroni und Spinatpesto	56
Estragon-Poulet, geschmort	242

F

Fenchel, Balsamico-	228
Feta, mit Randen-Erbсен-Salat	25
Fladenbrot mit Zwiebeln und Sesam	295
Flammkuchen	
Flammkuchenteig	145
Elsässer Flammkuchen	146
Pilz-Flammkuchen mit Seamorza	147
Spargel-Flammkuchen	146
Zucchetti-Gorgonzola-Flammkuchen	147
Frischkäse, mit Gemüse	161
Fusilli-, Riesen, an scharfer Sauce	54

G

Gazpacho	156
Gebäck: siehe Kuchen	
Gemüse-Frischkäse mit Knoblauchbrot	161
Gemüsepaste	29
Gemüse-Schinken-Sulz	158
Gemüsetatar, mit Rauchlachs	150
Geschnetztes Kräuter-Rindfleisch	248
Grillzwiebeln mit Pfefferbutter	174
Griess-Käse-Auflauf	86
Gurkencreme mit karamellisierten Pfeffertomaten	152

H

Hackfleisch	
Gefüllter Hackbraten	260
Hackfleisch-Sugo	254
Mediterraner Hackbraten	207
Mein Shepherd's Pot Pie	262
Nizza-Burger	256
Pfeffer-Hacksteaks	198
Rindstatar, mit Basilikumcreme	264
Himbeer-Clafoutis	324
Hirse-Quark-Küchlein mit Peperonisauce	85
Huhn, Zitronen-, mit Fenchel	230

K

Karamelltöpfchen	316
Kalbfleisch, Basilikum-, mit Melone und Avocado	172
Kalbshaxen an Karotten-Zitronen-Jus	244
Kalbskoteletts an Senfsauce	227
Kalbsschnitzel an Tomatenrahm	222
Karotten-Linsen-Salat mit Senfrahm	18
Kartoffel-Bohnen-Gratin	110
Kartoffel-Croûtons	24
Kartoffelgratin mit Bodenkohlrabi und Äpfeln	90
Kartoffel-Knoblauch-Püree, überbacken	94
Kartoffelküchlein mit Frischkäse und Tomaten	130
Kartoffel-Lattich-Pastete	89
Kartoffel-Oliven-Suppe mit Schinkenrahm	34
Kartoffelsalat mit Gemüse	162
Knoblauchbrot	161
Knoblauchsauce	233
Knusper-Peperoni, überbacken	120
Kopfsalat-Suppe, Erbсен-	32
Kräuterbutter	103
Kräuterjoghurt	132
Kräuterpesto	102
Kräuter-Rindfleisch, geschnetztes	248
Kräutersalz	101
Kräuterwürfel	101
Kuchen und Gebäck	
Beeren-Quark-Kuchen	280
Doppelt schokoladige Bownies	274
Limettentörtchen	306
Marmor-Cake Deluxe	270
Schokoladenkuchen ohne Mehl	278
Schokoladenküchlein, warmes	330
Sizilianischer Olivenölkuchen	284
Zitronen-Aprikosen-Cake	277
Kürbis-Prosecco-Risotto	70

L

Lachs, mariniert, mit Limetten-Mayonnaise	201
Lamm an Knoblauchsauce	233
Lammragout mit Mandeln und Dörraprikosen	250
Lasagne mit Röstgemüse	60
Lasagne, Teller-, mit Spinat, Tomaten und Burrata	65
Lemon Curd	303
Limetten-Mayonnaise	201
Limettentörtchen	306
Linsen, Curry-, mit pochiertem Ei	124
Linsen-Dip	96
Linsen-Karotten-Salat mit Senfrahm	18

M

Maiskolben, Parmesan-	210
Makkaroni-Auflauf	46
Makkaroni mit Erbсен und Spinat-Pesto	56
Marmor-Cake Deluxe	270
Mango-Basilikum-Sauce	198
Mayonnaise, klassische	193
Mayonnaise, Limetten-	201
Mayonnaise ohne Ei	193
Meersalzkartoffeln	241
Meterbratwurst mit grüner Zwiebelsauce	170
Mozzarella-Carpaccio mit Erbсен-Peperoni-Vinaigrette	184
Mozzarella, zweierlei, in Spitzpeperoni	214

N

Nizza-Burger	256
Nüsslisalat mit Kartoffel-Croûtons	24

O

Ofen-Spargeln, grüne	136
Ofentomaten im Glas	127
Olivenölkuchen, sizilianischer	284
Orecchiette mit Kräuter-Broccoli	52

P

Paella mit Chorizo, Gemüse und Kichererbsen	78
Parmesan-Maiskolben	210
Parmesan-Poulet mit Blumenkohl und Kartoffeln	220
Passionsfrucht-Parfait	328
Passionsfruchtsauce	196
Pasta	
Fusilli an scharfer Sauce	54
Lasagne mit Röstgemüse	60
Makkaroni mit Erbсен und Spinatpesto	56
Makkaroni-Auflauf	46
Orecchiette mit Kräuter-Broccoli	52

Pastasalat	195
Pefne mit geröstetem Blumenkohl	48
Risoni mit Zitrone und Kräutern	62
Teller-Lasagne mit Spinat, Tomaten und Burrata	65
Tomaten-Pasta	50
Pastete, Poulet-	164
Pavlova mit marinierten Beeren	321
Peperoni-Champignon-Spiess	119
Peperoni und Avocado an Speck-Vinaigrette	20
Peperoni, Spitz-, gefüllt, mit zweierlei Mozzarella	214
Peperoni, überbacken	120
Peperonisauce	85
Pesto, Basilikum-	103
Pesto-Tarte	106
Pesto-Toast mit Tomaten und Taleggio	104
Petersiliensalz	102
Pfeffer-Hacksteaks	198
Pfeffertomaten, karamellisiert	152
Pfefferbutter	174
Pfirsich-Crumble	326
Pilz-Flammkuchen mit Scamorza	147
Pizza, Weisse	289
Pochiertes Ei, mit Currylinsen	124
Polenta-Spinat-Auflauf mit Tomaten	140
Poulet, Estragon-, geschmort	242
Poulet, Parmesan-, mit Blumenkohl und Kartoffeln	220
Poulet, Zitronen-, mit Fenchel	230
Pouletbrüstchen an Passionsfruchtsauce	196
Pouletbrüstchen, gefüllt, mit Meersalzkartoffeln	241
Poulet-Pastete	164
R	
Randensalat mit Erbsen und Feta	25
Rauchlachs mit Gemüsetatar	150
Rhabarberkompott, überbacken	322
Riesenchampignons, grilliert	212
Rindfleisch, Kräuter-, geschnetzeltes	248
Rindshuftspiess mit marinierten weissen Bohnen	204
Rinds-Tagliata mit rosa Pfeffer	228
Rindstatar mit Artischocken, Tomaten und Basilikum-creme	264
Risoni mit Zitrone und Kräutern	62
Risotto	
Burrata-Risotto mit Tomaten	68
Carbonara-Risotto	75
Kürbis-Prosecco-Risotto	70
Safranrisotto mit Nüssen und Rucola	72
Steinpilzrisotto mit Portwein	76
Paella mit Chorizo, Gemüse und Kichererbsen	78
Röstgemüse	230

S	
Salate	
Avocado und Spitzpeperoni an Speck-Vinaigrette	20
Chrüsi-Müsi-Salat	17
Linsen-Karotten-Salat mit Senfrahm	18
Nüsslisalat mit Kartoffel-Croûtons	24
Pastasalat	195
Randensalat mit Erbsen und Feta	23
Safran-Risotto mit Nüssen und Rucola	72
Salzzitronen	302
Saté vom Schweinsfilet mit Gurke	168
Sauerkrautsuppe	38
Sbrinzsuppe mit Chorizo	40
Schinkenrahm, mit Kartoffel-Oliven-Suppe	34
Schinken-Gemüse-Sulz	158
Schokoladenkuchen ohne Mehl	278
Schokoladenküchlein, warmes	330
Schokoladenmousse-Creme	312
Schweinsfiletrollchen auf Röstgemüse	230
Schweinsfilet-Saté mit Gurke	168
Schweinsnitzelchen nach Pizzaiola-Art	224
Senf-Dressing, lauwarmes	162
Senfrahm	18
Shepherd's Pot Pie	262
Spargel-Flammkuchen	146
Spargeln, Ofen-	136
Speck-Vinaigrette	20
Spinatpesto	56
Spinat-Polenta-Auflauf mit Tomaten	140
Steinpilzrisotto mit Portwein	78
Sugo, Hackfleisch-	254
Suppen	
Blumenkohleremesuppe mit Zitronenbröseln	30
Erbsen-Kopfsalat-Suppe	32
Gazpacho	156
Kalte Avocado-Erbsen-Suppe	188
Kalte Burrata-Suppe Caprese	178
Kartoffel-Oliven-Suppe mit Schinkenrahm	34
Sauerkrautsuppe	38
Sbrinzsuppe mit Chorizo	40
Zwiebeleremesuppe	37
Süsses: siehe Desserts	
Süsskartoffel-Wedges mit Linsen-Dip	96
T	
Tatar, Gemüse-	150
Tatar, Rinds-	264

Toast, Pesto-, mit Tomaten und Taleggio	104
Tomaten in Basilikumrahm	128
Tomaten, gebacken, mit Kartoffelküchlein	130
Tomaten, karamellierte Pfeffer-	152
Tomaten-Kapern-Butter	138
Tomaten-Mandel-Vinaigrette	212
Tomaten, Ofen; im Glas	127
Tomaten-Pasta, doppelte	50

W	
Wassermelone, mit Burrata	180
Wedges, Süsskartoffel-	96
Weisse Bohnen, mariniert	204
Weisse Pizza	289

Z	
Zitronen-Aprikosen-Cake	277
Zitronenbrösel	28
Zitronencreme	304
Zitronenpoulet mit Fenchel	230
Zopf	290
Zucchetti mit Kräuterkruste im Tomatenbett	190
Zucchetti-Frischkäse-Taschen	116
Zucchettigericht, Mein liebstes	187
Zucchetti-Gorgonzola-Flammkuchen	147
Zwiebeleremesuppe	37
Zwiebelsauce, grüne	170
Zwiebeln, Grill-, mit Pfefferbutter	174

