

Nr. / Seite	Nr. / Seite	Nr. / Seite	Nr. / Seite
BROTGERICHTE			
Cervelat-Geschnetzeltes mit Brot und Äpfeln 2/8	Deko: Japanische Windlichter 1/16	Öl als Putzmittel 9/25	Zander auf Gurkenragout 8/10
Kapern-Sardellen-Focaccia 7/14	Deko: Kresse-Eili 4/24	Pikante Marshmallows 3/24	Zitronen-Felchen 5/6
Knoblauchbrot 7/19	Deko: Kugel-Namenstäfeli 10/32	Piment d'Espelette 5/24	FLEISCH
Petersilienbrot im Glas 3/21	Deko: Meer im Bild 6/24	Quark und Joghurt bei Sonnenbrand 5/25	Aargauer Braten mit Goldknöpfli 10/18
Rüebli mit Curry 3/19	Deko: Nimmermüde Blüten 5/24	Räbeliechli-Suppe 9/24	Adrio auf Pastinakenfächer 2/10
Sesam-Fladenbrot 3/21	Deko: Rhabarberstrauss 4/25	Reinigungs-Tipp 6/25	Arrosto al Diavolo 6/22
Tessinerschnitten mit Aprikosen 6/11	Deko: Untersetzer aus Korkzapfen 2/25	Rhabarber-Erdbeer-Konfitüre 4/24	Bettys Hotdog 9/10
Wurzelbrot mit Chorizo und Rosmarin 3/19	Ein Griff und geflickt 8/24	Richtig anbindeln 8/25	Blanquette de veau 9/13
DESSERTS			
Apfelsoufflé mit Haselnussstreuseln 8/21	Ein Hauch Öl 2/25	Salat im Körbli 7/24	Cervelat-Geschnetzeltes mit Brot und Äpfeln 2/8
Bananen-Brûlée 9/21	Erdbeeren aufbewahren 5/25	Salsa Chimichurri 3/24	Chateaubriand mit Curry-Orangenbutter 10/14
Bananenglace 9/19	Erfolgreiche Schatzsuche 8/24	Schokoladeküchlein 4/24	Chili con Carne 2/15
Erdbeerglace-Florentiner 6/20	Ersatz bei Nussallergie 10/32	Sommerlicher Melonendrink 6/24	Churer Fleischtorte 1/20
Feuriges Apfelmus 4/23	Exotische Früchte lagern 2/24	Tipps zu Brunch und Frühstück 4/25	Flammierte Rehschnitzel mit Blütenbutter 8/14
Gemischte Beeren mit Kokosstreuseln 8/19	Faire Bananen! 9/2	Transfettsäuren in Teigen 1/25	Fleischkäse mit Röstikruste 3/5
Griessflammeri mit Rhabarber 4/21	Fernbedienung ganz nah 8/25	Weg mit dem Wachsleck 3/25	Fleischkäse-Gipfel 2/20
Limetten-Soufflé mit Kiwisalat 3/16	Frische aus dem Staubsauger 3/25	Zu viele reife Bananen? 9/24	Gebackener Kürbis mit Hackfleisch 9/5
Mandarinen-Tiramisu 10/31	Genusslabor; Bananenchips 9/24	Zwiebeln schälen 1/24	Gefüllte Kalbsbrust 2/13
Mandel-Güpfli mit Bananensalat 9/19	Geröstete Kerne und Samen 1/25	DIE SCHWEIZ KOCHT	
Mango-Vacherin-Glacé 10/19	Gesund-Tipp 1/22	100 Jahre jung 8/22	Geschmortes Honigkaninchen 8/16
Marmorierte Sauerrahm-Kirschen-Glace 6/21	Gesund-Tipp 2/22	Allzeit bereit! 9/22	Ghackets und Hörnli 4/22
Nektarinen-Tartelettes mit Pistazienstreuseln 8/19	Gesundheits-Tipp 4/24	Auf 1478 Metern 3/22	Grillierte Kalbskoteletts 6/13
Pudding Belle-Hélène 3/16	Gesundheitstipp 7/24	Auf dem Bergbauernhof 7/22	Gulaschsuppe 2/15
Rhabarber-Amaretti-Crumble 4/19	Gesundheitstipp 9/25	Ein Sternekoch im Altersheim 5/22	Hackbraten 7/23
Rhabarbermousse mit Erdbeeren 4/21	Graved Lax im Vakuum 1/24	Im Tunnel 6/22	Hackfleisch mit Tofu (Tofu no Hikiniku-ankake) 1/14
Süsse Reisbällchen mit Sesam (Goma Dango) 1/16	Green Gold Chips 7/25	Im Varieté-Zelt 4/22	Hackfleischrösti 4/15
Süssmostcreme mit Popcornstreuseln 8/21	Grillier-Tipps 6/24	DRINKS	
Vampir-Glace 6/19	Grün für die Augen 2/24	Abschiedsdrink 1/26	Kalbsplätzli mit Blaubeeren 7/7
Vanille-Himbeer-Sandwich 6/19	Guetzli im Voraus backen 10/32	Kafi-Likör 10/24	Kartoffelpfanne mit Rind 4/9
Wassermelonenglace 6/21	Hickory Smoked Nuts 2/24	Papaya-Lassi 5/16	Kernen-Plätzli auf Spinat 8/6
DIE BESTEN TIPPS			
Bitterstoffe – natürliche Fatburner 5/24	Jedem Schirm sein Plätzchen 8/24	Pfirsich-Colada 7/13	Meatballs-Brotsalat 5/8
Blitz-Rezept im Oktober 9/25	Jetzt (st)reichs! 2/24	Schoggi-Likör 10/24	Medaillons mit Kräuterkruste 7/14
Caramelkörbli 5/24	Käsefondue zu dick 1/24	FISCH / MEERESFRÜCHTE	
Cervelats, leicht geschält 6/25	Knoblauch zu scharf? 5/24	Dorsch im Kokosmantel 3/9	Pochiertes Rindsfilet mit Senf und buntem Gemüse 5/22
Chnöpfli und Spätzli ohne Ei! 1/24	Knusperkruste 7/24	Felchen mit Korianderpesto 6/17	Pommes de terre et saucisson 9/15
Cocos-Calamansi Syrup 6/25	Läck, was für Lollipops! 2/24	Felchenmousse im Gläsli 1/26	Quinoa-Salat mit Grillschnecken 8/11
Cooler Tipps für heisse Tage 7/25	Lardo di Colonnata 1/25	Fish 'n' Chips 5/13	Rehgeschnetzeltes mit Marroni 9/4
Das Geheimnis der mediterranen Küche 6/24	Marinieren, grillieren, servieren! 6/2	Forellen auf Spargelbeet 4/10	Rindfleisch-Peperoni-Suppe 8/8
Deko: Adventskalender 10/33	Mascarpone tiefkühlen 1/25	Grillierte Lachstranchen mit Gemüse 6/16	Rindfleisch-Spiessli 5/4
Deko: An der Gabel 8/25	Messerscharfe Angelegenheit 4/25	Kapern-Sardellen-Focaccia 7/14	Rindhohrücken in Bier-Pfeffer-Marinade 6/14
Deko: Blumen aus dem Reagenzglas 3/24	Mit Durchblick 8/25	Kräuterforelle im Papier 3/13	Rindstatar mit Toast 10/27
Deko: Dekoration mit Mückenschutz 6/13	Mojito-Traum 6/24	Lachspastetli 10/29	Schnitzel mit Rüebli sauce 3/8
Deko: Eislichter 10/32	Öko: Aufsteller für Blumenfreunde 7/24	Lachsrose auf Kefen mit Safransauce 3/14	Weisskabis mit Saucisson 1/5
Deko: Herbst im Glas 8/14	Öko: Energietaugliche Kältespender 7/25	Linsen-Fisch-Salat 6/8	Wildterriner mit Brombeer-Vinaigrette 8/13
Deko: Innere Werte 7/16	Öko: FSC-Fleischhammer 6/25	Marinierte Rotbarbenfilets 7/15	GEBÄCK, PIKANT
	Öko: Für streifenfreien Durchblick 3/25	Omble chevalier à l'absinthe 9/15	Berner Zwiebelkuchen 1/19
	Öko: Grünabfälle 6/25	Pfannen-Cannelloni mit Lachs 4/14	Churer Fleischtorte 1/20
	Öko: Intelligentes Heizen hilft Energie sparen 10/33	Senfrisotto mit Jakobsmuscheln 10/28	Cornetto «Bella Italia» 2/19
	Öko: Rüstabfälle sammeln 4/25	Tintenfisch an Miso sauce (Ika to Nashi no Misozu-ae) 1/13	
	Öko: Schwein haben und gewinnen! 2/25	Warmer Nudelsalat mit Scampi 10/13	
	Öko: Sparsames Licht 8/25		
	Öko: Wo kommt mein Essen her? 5/25		
	Öko: WWF-Ratgeber-App 1/25		

Nr. / Seite		Nr. / Seite		Nr. / Seite		Nr. / Seite	
Croissants au Camembert	2/19	Forellen auf Spargelbeet	4/10	Senfrisotto mit Jakobsmuscheln	10/28	Kräuter-Hirsotto	7/8
Family-Tarte	6/9	Gebackener Kürbis mit Hackfleisch	9/5	Süsse Reiskügelchen mit Sesam (Goma Dango)	1/16	Krautstiel-Pilaw	9/11
Feta-Taschen	5/16	Gefüllte Kohlrabi	3/15			Limetten-Soufflé mit Kiwisalat	3/16
Fleischkäse-Gipfel	2/20	Gnocchi und Erbsli mit Käsesauce	2/9	KARTOFFELN		Linsen-Fisch-Salat	6/8
Fondue-Pizza	2/6	Grillierte Lachstranchen mit Gemüse	6/16	Alpsee-Rösti	4/13	Löwenzahnsalat mit Speck und Frischkäse	3/4
Maiswähe	7/10	Gschwellti-Kürbis-Fritatta	1/6	Blanquette de veau	9/13	Meatballs-Brotsalat	5/8
Quiche fromage-poireau	9/14	Hirse-Rüebli-Suppe	1/4	Fish 'n' Chips	5/13	Nudelnest mit Wirz und Ei	2/5
Sauerkraut-Beutelchen	1/8	Kapern-Sardellen-Focaccia	7/14	Fleischkäse mit Röstikruste	3/5	Panierter Tofu auf Chicoréesalat	2/11
Speck-Brioche mit Kümmel	3/20	Kartoffel-Randen-Blech	1/9	Gschwellti-Kürbis-Fritatta	1/6	Pasta primavera	4/5
Tartelettes au vin	9/16	Kartoffel-Sellerie-Gratin	2/7	Hackfleischrösti	4/15	Pouletbrüstli im Speckmantel	1/11
Toëché jurassienne	1/21	Kefen-Omelette mit Frischkäse	6/4	Kartoffelgratin	9/8	Pouletbrüstli mit Bundzwiebeln	3/15
		Kernen-Plätzli auf Spinat	8/6	Kartoffelpfanne mit Rind	4/9	Poulet-Cherry-Blech	7/5
GEBÄCK, SÜSS		Kichererbsen-Melonen-Salat	6/5	Kartoffel-Randen-Blech	1/9	Poulet-Pilz-Salat	9/7
Aargauer Rüebli-gipfel	2/21	Krautstiel-Pilaw	9/11	Kartoffel-Sellerie-Gratin	2/7	Radisli-Risotto	5/5
Apfelkuchen aus der Bratpfanne	4/16	Kürbis-Cannelloni	9/6	Kartoffelsüppchen Deluxe	10/17	Ratatouille-Krawättli	9/9
Apfelmus-Gugelhupf	8/23	Lachsrose auf Kefen mit Safransauce	3/14	Kartoffeltäschli mit Gurkensalat	7/6	Reisnudelpfanne	5/13
Apfelstrudel im Glas	10/15	Linsen-Fisch-Salat	6/8	Kräuterkartoffeln	6/15	Reispfanne	6/10
Aprikosenküchlein im Glas	10/5	Linsen-Lauch-Eintopf	1/10	Mediterrane Schinken-Frittata	4/15	Rindfleisch-Peperoni-Suppe	8/8
Bananen-Cupcakes	9/21	Nudelnest mit Wirz und Ei	2/5	Mediterraner Kartoffelsalat	5/11	Rindfleisch-Spiessli	5/4
Banoffie Pie	9/20	Nüssli-Randen-Salat mit verlorenem Ei	10/26	Omble chevalier à l'absinthe	9/15	Rüebli-Suppe mit Minze	4/4
Beeren-Torte	7/16	Ofen-Hörnli mit Gemüse	4/8	Pommes de terre et saucisson	9/15	Russischer Sommersalat	6/6
Brunsli-Höpfli	10/8	Pochiertes Rindsfilet mit Senf und buntem Gemüse	5/22			Schnitzel mit Rüebli-Sauce	3/8
Bündner Nussgipfel	2/21	Poulet-Cherry-Blech	7/5	KÄSE		Schupfnudeln mit Rotkraut und Spiegelei	3/7
Charlotte royale	2/16	Radisli-Risotto	5/5	Auberginenpäckli mit Halloumi	6/15	Schwarzwurzelsuppe mit Portulaköl	2/4
Genfer Birnenkuchen	1/19	Ratatouille-Krawättli	9/9	Croissants au Camembert	2/19	Teigwaren mit Blumenkohl	8/5
Glühwein-Stollen mit Cranberrys	10/6	Rindfleisch-Peperoni-Suppe	8/8	Gnocchi und Erbsli mit Käsesauce	2/9	Wok-Gemüse mit Poulet	4/11
Hefe-Zwetschgenkuchen mit Mandelstreusel	8/20	Rüebli-Suppe mit Minze	4/4	Gorgonzola-Datteln	10/11	Zander auf Gurkenragout	8/10
Lebkuchen-Cantucci	10/5	Russischer Sommersalat	6/6	Kartoffelgratin	9/8	Zitronen-Felchen	5/6
Magenbrot	7/20	Sauerkraut-Beutelchen	1/8	Kartoffel-Sellerie-Gratin	2/7		
Mandel-Güpfli mit Bananensalat	9/19	Schwarzwurzelsuppe mit Portulaköl	2/4	Kefen-Omelette mit Frischkäse	6/4	SALAT / SALATMAHLZEITEN	
Mocca-Cailler-Küchlein	10/22	Sommer-Gazpacho	7/4	Kürbis-Cannelloni	9/6	Bohnensalat an Sesamsauce (Ingenmame no Goma-ae)	1/15
Rhabarber-Baiser-Törtchen	4/19	Teigwaren mit Blumenkohl	8/5	Maccheroni pasticciati	6/23	Bohnensalat mit Speck	7/11
Rhabarber-Schokolade-Kuchen	4/20	Weihnachts-Suppe	10/21	Quiche fromage-poireau	9/14	Dörrbohnsalat	10/17
Rüebli-Joghurt-Strudel	5/20	Weisskabis mit Saucisson	1/5	Ricotta-Gnocchi mit Cicerino rosso	3/11	Glasnudel-Tomaten-Salat	7/9
Schneemännli-Parade	10/7	Wok-Gemüse mit Poulet	4/11	Ricotta-Ravioli mit Orangen	10/30	Kartoffeltäschli mit Gurkensalat	7/6
Spitzbuben-Höpfli	10/8	Zander auf Gurkenragout	8/10	Winter-Crespelle	2/14	Kichererbsen-Melonen-Salat	6/5
Toggenburger Zimtfladen	1/21	Zucchini-Röllchen	7/13			Linsen-Fisch-Salat	6/8
Zimt-Höpfli	10/8	Zucchini-Schnitten	8/4	KINDERKÜCHE		Löwenzahnsalat mit Speck und Frischkäse	3/4
				Glotzaugen	2/23	Meatballs-Brotsalat	5/8
GEFLÜGEL		GESCHMACKSTRENDS		Hundeguetzli	5/26	Mediterraner Kartoffelsalat	5/11
Pesto-Poulet	5/9	Blutorangen mit grünen Oliven	1/17	Milchreis Müsli	1/23	Nüssli-Randen-Salat mit verlorenem Ei	10/26
Poulet vom Grill	3/22	Erdbeeren und Wasabi	5/17	Oster-Lollis	4/26	Panierter Tofu auf Chicoréesalat	2/11
Pouletbrüstli im Speckmantel	1/11	Kürbis und Zimt	9/17	Pizza-Party	8/26	Poulet-Pilz-Salat	9/7
Pouletbrüstli mit Bundzwiebeln	3/15	Marroni und Kaffee	2/17	Schoggi-Chriesi	6/27	Quinoa-Salat mit Grillschnecken	8/11
Poulet-Cherry-Blech	7/5	Rande und Sternanis	3/17	Smarties-Ringli	9/27	Russischer Sommersalat	6/6
Poulet-Pilz-Salat	9/7	Sauerampfer & Brät	4/17	Süsse Erdbeeren	7/26	Salade d'automne	9/13
Poulet-Satay mit Erdnussauce	5/15	Schafskäse und Vanille	8/17	Wienerli-Fajitas	3/26	Warmer Nudelsalat mit Scampi	10/13
Udon-Nudel-Suppe (Torinanban Udon)	1/15	Zwetschge und Tonkabohne	7/17				
Wok-Gemüse mit Poulet	4/11			LEICHTE GERICHTE		SUPPEN	
				Felchen mit Korianderpesto	6/17	Gulaschsuppe	2/15
GEMÜSE / HÜLSENFRÜCHTE		GETREIDE / REIS		Forellen auf Spargelbeet	4/10	Hagenbuttensuppe mit Pilzen	8/13
Adrio auf Pastinakenfächer	2/10	Couscous-Pfanne	5/7	Glasnudel-Tomaten-Salat	7/9	Hirse-Rüebli-Suppe	1/4
Apfel-Fenchel vom Blech	8/9	Glasnudel-Tomaten-Salat	7/9	Joghurtköppli	5/21	Kartoffelsüppchen Deluxe	10/17
Auberginenpäckli mit Halloumi	6/15	Haselnuss-Risotto	8/15	Joghurtmousse mit Mango	5/19	Melonensuppe	7/15
Blättertörtchen mit Spargelragout	4/7	Japanischer Reis (Gohan)	1/13	Kalbsplätzli mit Blaubeeren	7/7	Rindfleisch-Peperoni-Suppe	8/8
Bohnensalat an Sesamsauce (Ingenmame no Goma-ae)	1/15	Kräuter-Hirsotto	7/8	Kartoffelgratin	9/8	Schwarzwurzelsuppe mit Portulaköl	2/4
Bohnensalat mit Speck	7/11	Krautstiel-Pilaw	9/11	Kartoffelpfanne mit Rind	4/9	Sommer-Gazpacho	7/4
Broccoli-Pasta	1/7	Maispolenta mit Rucola-Öl	8/7	Kartoffeltäschli mit Gurkensalat	7/6	Udon-Nudel-Suppe (Torinanban Udon)	1/15
Dörrbohnsalat	10/17	Quinoa-Salat mit Grillschnecken	8/11	Kefen-Omelette mit Frischkäse	6/4	Weihnachts-Suppe	10/21
		Radisli-Risotto	5/5	Kichererbsen-Melonen-Salat	6/5		
		Reispfanne	6/10	Kräuterforelle im Papier	3/13		
		Sandsturm	9/23				

TEIGWAREN

Aargauer Braten mit Goldknöpfli	10/18
Broccoli-Pasta	1/7
Chnöpfl	7/23
Ghackets und Hörnli	4/22
Griechische Spaghetti	6/7
Maccheroni pasticciati	6/23
Nudelnest mit Wirz und Ei	2/5
Ofen-Hörnli mit Gemüse	4/8
Pasta primavera	4/5
Pfannen-Cannelloni mit Lachs	4/14
Ratatouille-Krawättli	9/9
Reisnudelpfanne	5/13
Ricotta-Ravioli mit Orangen	10/30
Spaghetti mit Mönchsbar	3/10
Tagliatelle al Diavolo	5/10
Teigwaren mit Blumenkohl	8/5
Udon-Nudel-Suppe (Torinanban Udon)	1/15
Warmer Nudelsalat mit Scampi	10/13

VEGETARISCH

Auberginenpäckli mit Halloumi	6/15
Berner Zwiebelkuchen	1/19
Blätterteigtürmli mit Spargelragout	4/7
Bohnensalat an Sesamsauce (Ingenmame no Goma-ae)	1/15
Broccoli-Pasta	1/7
Champagnerrisotto mit Safran	3/23
Cornetto «Bella Italia»	2/19
Couscous-Pfanne	5/7
Falafel-Kuchen	4/13
Feta-Taschen	5/16
Gefüllte Kohlrabi	3/15
Glasnudel-Tomaten-Salat	7/9
Griechische Spaghetti	6/7
Hagenbuttensuppe mit Pilzen	8/13
Haselnuss-Risotto	8/15
Kartoffelgratin	9/8
Kartoffel-Randen-Blech	1/9
Kartoffel-Sellerie-Gratin	2/7
Kartoffeltätschli mit Gurkensalat	7/6
Kefen-Omelette mit Frischkäse	6/4
Kichererbsen-Melonen-Salat	6/5
Kräuter-Hirsotto	7/8
Kräuterkartoffeln	6/15
Krautstiel-Pilaw	9/11
Kürbis-Cannelloni	9/6
Maispolenta mit Rucola-Öl	8/7
Maiswähe	7/10
Nudelnest mit Wirz und Ei	2/5
Ofen-Hörnli mit Gemüse	4/8
Panierter Tofu auf Chicoréesalat	2/11
Pasta primavera	4/5
Pilze an Holundersauce	8/15
Quesadillas	5/15
Quiche fromage-poireau	9/14
Radiesli-Risotto	5/5
Ratatouille-Krawättli	9/9
Reisnudelpfanne	5/13
Ricotta-Gnocchi mit Cicorino rosso	3/11
Rüebli-Suppe mit Minze	4/4
Russischer Sommersalat	6/6

Schupfnudeln mit Rotkraut und Spiegelei 3/7

Schwarzwurzelsuppe mit Portulaköl 2/4

Spaghetti mit Mönchsbar 3/10

Teigwaren mit Blumenkohl 8/5

Toëché jurassienne 1/21

Vegi-Filetpäckli mit Petersilienschaum 10/21

Vegi-Stroganoff 4/6

Winter-Crespelle 2/14

Zucchini-Schnitten 8/4

VERSCHIEDENES, PIKANT

Avocado-Körbchen 10/11

Fleischsalz 10/25

Gorgonzola-Datteln 10/11

Pastasalz 10/25

Piadine al Prosciutto 5/14

Quesadillas 5/15

Rüebli-Ingwer-Mousse 10/13

Salatsalz 10/25

Schneesternen-Variationen 10/11

Speck-Nektarinen 6/13

VERSCHIEDENES, SÜSS

Caramel-Fudges 10/24

Crêpes mit Stachelbeeren 7/21

Frozen Joghurt mit Rhabarber 5/21

Gebackene Nüsse 7/19

Joghurt, selbst gemacht 5/20

Nougat 7/21

Preiselbeer-Crostini 8/16

Speck-Nektarinen 6/13

Zmorgä-Hit 5/19