

Nr. / Seite	Nr. / Seite	Nr. / Seite	Nr. / Seite
BROTGERICHTE			
Brot-Cordonbleu	2/8	Deko: Afrika-Feeling auf dem Tisch	6/24
Brot-Flammkuchen	2/6	Deko: Amaryllis upside down	10/24
Brot-Kürbis-Cake, mediterraner	2/5	Deko: Blumenschale mit Mooszweigen	4/24
Brot-Wurzel-Salat	2/5	Deko: Blumentopf in knackigem Kleid	8/24
Hollermües	4/17	Deko: Geflochtenes Palmblatt	1/24
Käse-Brot-Suppe	2/7	Deko: Herbstlicht besticht	9/24
Lachs-Brot-Spiessli	2/9	Deko: Licht aus der Konserve	5/24
Schoggibrot-Raupe	4/15	Deko: Osterkränzli	3/25
DESSERTS			
Ananas-Senf-Sorbet	9/16	Deko: Pimp my Cupcake	8/24
Appenzeller Biberglace auf Zwetschgen-Coulis	10/20	Deko: Valentinsherzen	2/24
Aprikosenwürfel	6/11	Dickflüssiger Sirup	6/25
Cassis-Salat zu Meringue-Parfait	7/19	Eier trennen (Kindertipp)	1/15
Coupe Apricot, Aprikosen im Vanillesud	7/16	Eigelb herausfischen	10/25
Crema catalana al café	10/19	Ein schönes Rot für die Erdbeerkonfi	5/25
Erdbeeren im Biskuitschälchen	5/11	Ein Tag zum Merken: 6. Mai, der Anti-Diät-Tag	4/13
Feigen mit Marroni-Rahm	9/21	Erdbeeren	5/13
Kaki-Panna-cotta	10/19	Espresso aufpeppen	3/25
Kirschen-Crumble	6/11	Extrabreite Bratschaufel	1/25
Kokosküchlein	6/23	Finger weg vom Chili!	5/24
Marroni-Zwetschgen-Törtli	9/19	Fit am Arbeitsplatz	3/13
Mini-Fruchtroulade	6/10	Frischkäse, Käsestäbchen	3/15
Minor-Marroni-Päckli	9/19	Garen im Vakuum	1/24
Nussstrudel mit Softeis	1/11	Gelee-Carpaccio	10/24
Panna cotta mit Apfelragout	2/23	Geling-Garantie für Cremes!	4/24
Papayaglace mit Rumsalat	1/23	Gesundheitstipp	9/24
Rhabarbercreme	5/15	Gladiolen, schöne Delikatessen	8/25
Schokoladeküchlein mit Melonen	6/12	Gurken-Espuma	8/24
Vanilleglace mit Sojasauce	8/17	Gut geerdet	6/13
Weissbier-Charlotte	4/23	Hefe	4/15
DIE BESTEN TIPPS			
31. Mai: Der Tag ohne Tabak	5/13	Heidelbeeren	6/13
Alles nur heisse Luft?	5/2	Hot smoked salmon	8/25
Apéro servieren	9/25	Im Trend: Flexitarier	10/24
Aprikosen entsteinen	6/	Ingwer pressen	2/25
Aromatische Kohle	7/24	Jakobsmuscheln aus Schottland	9/24
Aufgetautes Brot wie frisch	2/24	Jasmin Dragon Pearls	5/24
Bei Salz ist weniger mehr	5/13	Je süsser, desto länger	5/24
Besessen von gesundem Essen?	3/13	Kaffeeahm und Salatsauce	4/25
Beurre aux poivre fins	6/25	Kartoffelsalat für Eilige	5/25
Bio-Dünger	4/25	Kauen gegen Stress	5/13
«Bio»-weiche Wäsche	2/24	Keine Angst vor Gelatine	6/2
Biscotti mit Olivenöl	7/24	Knackig grüner Broccoli	7/25
Blickfang Einmachglas	7/24	Knusprige Kuchen	1/24
Canestrato Pugliese	1/24	Kohlrabi	4/13
Choco-Lollipops mit Öl	6/24	Kräuter-Kalbsnierstück, geflammtes	3/24
Darf man Spinat aufwärmen?	2/24	Kräuterbad bei Erkältungen	1/13
Datteln schneiden	9/25	Kuchen backen – auf Blech oder Gitter?	2/25
FISCH / MEERESFRÜCHTE			
		Lakritze	3/13
		Longan	4/24
		Marroni vorbereiten	9/24
		Mehrfähriger Rucola	3/25
		Nach Wein nicht sofort Zähne putzen	6/13
		DRINKS	
		Blauer Engel	10/26
		Bloody Aperol	2/18
		Gschprützte Wyse	5/18
		Kumquat Kiss	3/18
		FLEISCH	
		Nehmen Sie genügend Calcium zu sich?	4/13
		Öko: Aktionstag «Wahre Werte»	4/25
		Öko: Aktivkohle-Würfel	7/25
		Öko: Im Trend: Carrotmob	5/25
		Öko: Kampf den Papierbergen	2/25
		Öko: Kostbares Wasser	6/25
		Öko: Kraftvoll: Krustenentferner	9/25
		Öko: Saisonal und regional schmeckts genial!	3/25
		Öko: Welcher Fisch darf auf den Tisch?	1/25
		Orange schälen	9/25
		Orangen-Espuma	2/25
		Powerkraut Sauerkraut	1/13
		Prickelnde Truffes	4/25
		Probieren vor dem Servieren (Kindertipp)	2/15
		Rasierschaum: erste Hilfe nach Quallenkontakt	6/13
		Rosenkohl schneller garen	3/25
		Saftiges Biskuit	4/25
		Salz-Eierhalter	3/23
		Schnelle Granita	7/25
		Schokolade für den Kreislauf	8/24
		Schönheit von innen	4/13
		Schönheitsschlaf für Orchideen	1/24
		Schwamm drüber!	6/24
		Sind Rüebli mit grünen Stellen giftig?	3/13
		So bleibt der Weihnachtsbaum länger frisch	10/25
		Soufflierte Eier	9/24
		Starkes Team: Grüntee und Antibiotika	1/13
		Stevia, der neue Zucker?	1/13
		Süsser Adventskalender	10/24
		Teigwaren vorbereiten	2/24
		Tief gesunken	4/25
		Vollaromatische Sommerfrüchte aus Frankreich	7/25
		Volldampf voraus!	2/2
		Wakame und Lechuga de Mar	2/25
		Warum werden die Bohnen nicht weich?	3/2
		Was bedeutet hitzebeständig?	7/24
		Weichen Käse reiben	8/25
		Wie viel ist ein Löffel?	4/24
		Windbeutel mit Likör-Spritze	5/25
		Yoga-Gähnen	3/13
		Zartes Schnitzel	6/25
		Pescarinaha	8/26
		Red Power	4/18
		Soft Orange	9/26
		Felchen nach Nyoner Art	3/17
		Fisch auf Beluga-Linsen	3/6
		Fisch im Bananenblatt	1/21
		Fisch-Satay	5/18
		Fischpäckli auf Kartoffeln	9/10
		Fischstäbli Deluxe	3/17
		Forelle an Senfsauce	9/15
		Lachs auf Randen-Carpaccio	10/5
		Lachs-Brot-Spiessli	2/9
		Lachs-Charlötchen	3/21
		Meeres-Curry	2/21
		Nudelsuppe mit Fisch	8/8
		Paella	5/7
		Sbrinz-Fischtöpfli	10/26
		Scampi auf Süssholz-Linsensalat	4/26
		Sesam-Lachs mit Couscous-Salat	7/4
		Tempura-Crevetten mit süss-saurem Fenchel	7/13
		Thonkugeln, geschmorte	1/6
		Zander mit Lauch-Heu in Biersüppchen	4/21
		Blitz-Schinkli	9/9
		Bündner Tatar mit Gschwellti	10/8
		Chili-Wraps	1/7
		Couscous mit Kaninchenfilets	4/5
		Crispy Chicken Nuggets	2/5
		Délicorn-Hackbraten mit Thymianstock	10/17
		Eiernudeln mit Kürbis und Speck	9/11
		Entrecôtes doubles an Holundersauce	8/15
		Fleischbällchen auf Peperonata	6/6
		Fleischvögel	1/5
		Gewürzpilaw mit Lamm	10/6
		Glarner Kalberwurst	2/17
		Gnocchi-Erbsli-Auflauf mit Fleischkäse	4/8
		Hirschmedaillons mit Quitten an Senfsauce	9/16
		Kalbsbraten an Portweinsauce mit Mandelpolenta	10/16
		Kalbswürfel an Champignonsauce	1/5
		Kaninchen, mediterranes	1/9
		Kotelettbraten mit Käsekruste, Nuss-Hirse	2/22
		Kräuter-Fleischkäse	5/21
		Lamm an Bier-Buttersauce	4/22
		Orangen-Schinkli mit Wintertraum-Kartoffeln	10/15

Nr. / Seite	Nr. / Seite	Nr. / Seite	Nr. / Seite
Plätzli an Traubensauce 8/7	Pflaumen-Plunder 7/21	Spätsommersalat, Kräutertomaten 7/15	Sommer-Gnocchi mit Bratkügel 6/9
Rinds-Involtini à la minute 8/13	Rhabarber-Würfel 5/23	Süss-saurer Fenchel 7/13	Süsskartoffeln vom Grill 6/22
Rindsgeschnetzeltes mit Quitten und Pilzen 8/13	Rhabarbercake 4/11	Tempura-Crevetten mit süss-saurem Fenchel 7/13	Tofu-Kartoffel-Burger 3/9
Rindsmedaillons auf Kefen-Morchel-Ragout 3/3	Rüeblibrötli 3/23	Tomaten-Flammkuchen 7/7	Wachtelei auf Kresse-Röstini 3/20
Rindsrollbraten mit Kürbis-Nuss-Füllung 8/16	Schoggi-Gugelhopf 9/23	Tomatenkugeln mit Käsefüllung 6/6	KÄSE
Roastbeef mit Rosa-Pfeffer-Béarnaise 8/14	Schokolade-Brotstangen 3/22	Tournedos auf Steinpilz-Kürbis-Bett 8/15	Brot-Cordonbleu 2/8
Roastbeef-Röllchen 3/21	Schokoladecake 4/10	Vogelheu Deluxe 6/15	Frischkäse, Käsestäbchen 3/15
Rucola-Steak im Teigmantel 4/9	Schwarzwälder Torte 3/27	Wrap mit Rindshuft 7/9	Frühlingsrollen mit Ricotta 4/6
Saftplätzli an Apfel-Sauerkraut 1/8	Spanischbrötli 5/17	Zucchini aus dem Ofen 8/10	Käse-Brot-Suppe 2/7
Schnitzel mit Melonensalsa 7/10	Sternen-Roulade mit Cailler-Füllung 10/12	GESCHMACKSTRENDS	Käsekuchen mit Bärlauch 3/5
Sellerie, gefüllter 1/5	Studenten-Schnitte 2/12	Apfel und Thai-Basilikum 1/26	Kicher-Gratin 3/8
Sommer-Gnocchi mit Bratkügel 6/9	Tiramisu-Cupcakes 8/20	Avocado-Süppchen mit Granatapfel-kernen 2/26	Kürbissalat mit Frischkäse-Crostini 9/6
Sommer-Ravioli, Offene 7/11	Topfhasen 3/11	Birne und Safran 10/21	Pasta-Salat mit Gemüse 5/20
Spareribs 6/21	Truffecake 4/12	Kumquat und Rosmarin 9/17	Raclette-Kartoffeln 1/18
Surprise-Ball 6/7	Zitronencake mit Erdbeeren 4/11	Melonen mit Anis 7/17	Rosenkohl-Käse-Salat 8/6
Tomaten-Flammkuchen 7/7	GEFLÜGEL	Milchreis mit Himbeeren und Zitronenverveine 6/26	Rotwein-Käsewürfel 4/17
Tournedos auf Steinpilz-Kürbis-Bett 8/15	Börek 5/9	Rüebliisotto mit Rosenwasser 5/26	Sbrinz-Fischtöpfli 10/26
Wrap mit Rindshuft 7/9	Cannelloni di pollo 5/5	Scampi auf Süssholz-Linsensalat 4/26	Spargelgratin 4/7
Wurst-Strudel 2/17	Chicken Caesar Salad 5/8	Schokolade-Ingwer-Tarte 3/26	Tomatenkugeln mit Käsefüllung 6/6
GEBÄCK, PIKANT	Eisbergsalat mit Poulet 4/5	Vanilleglace mit Sojasauce 8/17	KINDERKÜCHE
Aargauer Kartoffelwähe 1/17	Entenbrust auf Chinakohl 5/22	GETREIDE / REIS	Erdbeer-Marienkäfer 5/15
Börek 5/9	Grüne Truten-Piccata 4/8	Apfel-Müesli 3/22	Fleischtiger-Ravoli 8/23
Falsche Specktranchen 5/17	Kürbis-Ebly mit Poulet 9/8	Couscous mit Kaninchenfilets 4/5	Frischkäse, Käsestäbchen 3/15
Gemüsekuchen 10/9	Paella 5/7	Frühlings-Couscous 3/5	Knusperhäuschen 10/23
Käsekuchen mit Bärlauch 3/5	Poulet mit Mango-Pepperpot 1/22	Gewürzpilaw mit Lamm 10/6	Ofenschmarren 1/15
Senfbrezeln 9/14	Pouletbrüstli Tex-Mex 5/8	Glutenfrei; Quinoa-Burger 1/13	Pflaumen-Tintenfisch, Pfirsich-Igel, Apfel-Frosch, Erdbeer-Schlange 7/23
Tomaten-Flammkuchen 7/7	Pouletflügeli mit rotem Curry 5/5	Kalbsbraten an Portweinsauce mit Mandelpolenta 10/16	Rhabarbercreme 5/15
Wirz-Rüebli-Wähe 9/7	Pouletgratin mit Fenchel 8/9	Kotelettbraten mit Käsekruste, Nuss-Hirse 2/22	Roger-Rabbit-Suppe 2/15
Wrap mit Rindshuft 7/9	Pouletsalat an Zitronensauce 7/8	Kürbis-Ebly mit Poulet 9/8	Schoggi-Gugelhopf 9/23
GEBÄCK, SÜSS	Pouletspiessli, würzige 2/18	Kürbis-Risotto 8/11	Schoggibrot-Raupe 4/15
Amaretti al cioccolato 10/13	Rösti-Nestli 5/6	Maisfladen 7/6	Vogelheu Deluxe 6/15
Apfel-Cranberry-Schnitten 2/11	Tagliatelle mit Orangen-Poulet 10/7	Paella 5/7	LEICHTE GERICHTE
Apfel-Cupcakes 8/21	Tagliatelle mit Orangen-Poulet 10/7	Pasta mit Spargeln und Zitronenpesto 4/5	Crispy Chicken Nuggets 2/5
Bienenstich-Schnitten 2/11	Tandoori-Mistkraterzli 5/5	Quinoa-Köpfli 3/8	Eisbergsalat mit Poulet 4/5
Blaubeer-Streuselkuchen 7/21	Truten-Tagliata mit Bohnensauce 3/5	Reis mit Okra, gebratener 1/23	Fisch auf Beluga-Linsen 3/6
Caramel-Apple-Cake 4/12	GEMÜSE / HÜLSENFRÜCHTE	Sesam-Lachs mit Couscous-Salat 7/4	Fischpäckli auf Kartoffeln 9/10
Caramel-Cupcakes 8/20	Bunte Ofentomaten 6/3	Spinat-Risotto 4/22	Kaninchen, mediterranes 1/9
Caribbean Cupcakes 8/21	Eiernudeln mit Kürbis und Speck 9/11	Surprise-Ball 6/7	Kürbis-Ebly mit Poulet 9/8
Cheesecake Black and White 10/11	Entenbrust auf Chinakohl 5/22	GLUTENFREI	Lachs-Brot-Spiessli 2/9
Eclairs mit Brombeercreme 7/20	Fleischbällchen auf Peperonata 6/6	Amaranth-Orangen-Creme 2/26	Nudelsuppe mit Fisch 8/8
Engadiner Nusscake 4/11	Gemüse-Schmortopf 1/8	Quinoa-Burger 1/13	Orangen-Chicorée-Salat mit Senfcroûtons 9/13
Erdbeer-Joghurt-Torte 5/12	Gemüsekuchen 10/9	Schwarzwälder Torte 3/27	Pouletbrüstli Tex-Mex 5/8
Erdbeer-Millefeuilles 5/11	Gurken-Gazpacho 5/21	KARTOFFELN	Pouletsalat an Zitronensauce 7/8
Erdbeeren im Biskuitschälchen 5/11	Kicher-Gratin 3/8	Aargauer Kartoffelwähe 1/17	Randensalat 1/3
Florentiner à la crème 1/11	Kräutertomaten 7/15	Bündner Tatar mit Gschwellti 10/8	Saftplätzli an Apfel-Sauerkraut 1/8
Heidelbeercake 4/11	Kürbis-Ebly mit Poulet 9/8	Délicorn-Hackbraten mit Thymianstock 10/17	Schwarzwurzelsalat an Senf-Vinaigrette, lauwarmer 9/15
Himbeer-Cupcakes 8/19	Kürbis-Pastetli 8/4	Fischpäckli auf Kartoffeln 9/10	Sellerie, gefüllter 1/5
Himbeerschnitten 2/10	Kürbis-Risotto 8/11	Gnocchi-Erbsli-Auflauf mit Fleischkäse 4/8	Sommer-Ravioli, Offene 7/11
Kuchen im Glas 1/10	Pasta italiana 7/5	Kartoffelsoufflé 1/17	Thonkugeln, geschmorte 1/6
Mango-Mocca-Torte 1/12	Pasta mit Spargeln und Zitronenpesto 4/5	Orangen-Schinkli mit Wintertraum-Kartoffeln 10/15	Truten-Tagliata mit Bohnensauce 3/5
Marmorierte Glacetorte 10/11	Pasta-Salat mit Gemüse 5/20	Pouletflügeli mit rotem Curry 5/5	Wrap mit Rindshuft 7/9
Marroni-Ballini 9/20	Pastinakengratin 2/3	Raclette-Kartoffeln 1/18	SALAT / SALATMAHLZEITEN
Marroni-Schnecken 9/21	Pesto-Gemüse 7/14	Rösti-Nestli 5/6	Brot-Wurzel-Salat 2/5
Marroni-Zwetschgen-Törtli 9/19	Pouletbrüstli Tex-Mex 5/8	Sellerie, gefüllter 1/5	Chicken Caesar Salad 5/8
Minor-Marroni-Päckli 9/19	Pouletflügeli mit rotem Curry 5/5	Sojotto 3/7	Eisbergsalat mit Poulet 4/5
Nussstrudel mit Softeis 1/11	Pouletgratin mit Fenchel 8/9	Sommer-Ravioli, Offene 7/11	Kürbissalat mit Frischkäse-Crostini 9/6
Osterhühner 3/12	Rösti-Nestli 5/6	Spargelgratin 4/7	
Osterküchlein 3/11	Sellerie, gefüllter 1/5		
Osterlammchen 3/10	Sojotto 3/7		
	Sommer-Ravioli, Offene 7/11		
	Spargelgratin 4/7		

	Nr. / Seite
Lauchsalat mit Pesto-Röllchen	2/20
Linsen-Mais-Salat	8/26
Orangen-Chicorée-Salat mit Senfcroûtons	9/13
Pouletsalat an Zitronensauce	7/8
Randensalat	1/3
Rosenkohl-Käse-Salat	8/6
Scampi auf Süssholz-Linsensalat	4/26
Schwarzwurzelsalat an Senf-Vinaigrette, lauwarmer	9/15
Spätsommersalat, Kräutertomaten	7/15
Weltmeistersalat auf Nussbrot	6/8
Wurstsalat-Brötli	6/5

SAUCEN / DIPS / AUFSTRICHE

Zitronen-Rucola-Pesto	7/14
Zwiebel-Chutney	6/21

SUPPEN

Birnen-Senf-Suppe mit Knusperspiessli	9/13
Erdnuss-Suppe	1/20
Käse-Brot-Suppe	2/7
Nudelsuppe mit Fisch	8/8
Papayasuppe, Kalte	6/20
Roger-Rabbit-Suppe	2/15
Spargel-Basilikum-Suppe	4/3
Süsskartoffelsuppe mit Ei	10/4
Zander mit Lauch-Heu in Biersüppchen	4/21

TEIGWAREN

Cannelloni di pollo	5/5
Eiernudeln mit Kürbis und Speck	9/11
Herbstpasta	9/5
Pasta italiana	7/5
Pasta-Salat mit Gemüse	5/20
Sommer-Ravioli, Offene	7/11
Tagliatelle mit Orangen-Poulet	10/7

VEGETARISCH

Brot-Kürbis-Cake, mediterraner	2/5
Frühlingsrollen mit Ricotta	4/6
Gemüse-Schmortopf	1/8
Gurken-Gazpacho	5/21
Käsekuchen mit Bärlauch	3/5
Kürbis-Pastetli	8/4
Kürbis-Risotto	8/11
Kürbissalat mit Frischkäse-Crostini	9/6
Maisfladen	7/6
Pasta italiana	7/5
Pasta mit Spargeln und Zitronenpesto	4/5
Pasta-Salat mit Gemüse	5/20
Pesto-Gemüse	7/14
Rosenkohl-Käse-Salat	8/6
Schwämmli-Toast	9/4
Spargelgratin	4/7
Spätsommersalat, Kräutertomaten	7/15
Süsskartoffelsuppe mit Ei	10/4
Tofu-Kartoffel-Burger	3/9
Wirz-Rüebli-Wähe	9/7
Zitronen-Rucola-Pesto	7/14

Nr. / Seite

VERSCHIEDENES, PIKANT

All-in-one-Pasta mit Sauce	6/15
Bier-Crostini	4/20
Chili-Wraps	1/7
Feta-Crackers	6/18
Feta-Zucchini-Bällchen	6/5
Frühlings-Baguette	3/18
Frühlingsrollen mit Ricotta	4/6
Gipfeli-Cornet	3/20
Glarner Kalberwurst	2/17
Herbstspätzli	8/5
Hot Kiss	9/26
Kartoffelsoufflé	1/17
Knusper-Bonbons	4/18
Kürbis-Pastetli	8/4
Pizza-Balls	6/8
Schwämmli-Toast	9/4
Vogelheu Deluxe	6/15
Weltmeistersalat auf Nussbrot	6/8
Wurstsalat-Brötli	6/5
Wurst-Strudel	2/17
Zucchini aus dem Ofen	8/10

VERSCHIEDENES, SÜSS

Apfel-Müesli	3/22
Aprikosen im Vanillesud	7/16
Aprikosenwürfel	6/11
Bananen-Brot-Pudding	2/8
Basler Chriesi-Schnitte	6/17
Brombeer-Mousse auf Mohn-Tuiles	7/19
Choco-Lollipops mit Öl	6/24
Erdbeer-Limetten-Sirup	5/3
Erdbeer-Macarons	5/10
Erdbeer-Millefeuilles	5/11
Fruchtig pikant im Gläsli	7/26
Hollermües	4/17
Ingwer-Grapefruit-Tee	1/18
Johannisbeer-Bowle	7/26
Kirschen-Crumble	6/11
Kokosküchlein	6/23
Melonen-Durstlöscher	6/18
Mini-Fruchtroulade	6/10
Mini-Kirschrapfen	6/17
Ofenschmarren	1/15
Rhabarber-Würfel	5/23
Schokolade-Limetten-Pralinés	10/13
Süsser Adventskalender	10/24