

Stichwortverzeichnis

A

Aal 90
Abhängen
 Rindfleisch 87
Abkühlen 297
Ablöschen 117, 298
Abschmecken 297
Abschöpfen 297
 Brühe 189
 Suppe 189
Abseihen 297
Abtropfen lassen 297
Agnolotti 219
Al dente 214, 297
Alfredo 220
Ananas
 lagern 85
Ankochen 297
Anschwitzen 186, 297
Antihafbeschichtung 49, 51
Äpfel
 Auswahl 84
 lagern 85
 schälen und entkernen 244
 zum Backen 244
Apfel-Birnen-Crisp 244
Apfelessig 201
Apfelpfannkuchen mit Quark-
 creme 246
Apothekerschrank 34
Aprikosen 84
Aprikosendessert 242
Arbeitsplatte 287
 entrümpeln 33
Artischocken 85
Artischockenherzen 76
Aubergine
 grillen 152
 lagern 86
Auflaufform 52, 234
Aufspießen 297
Ausdrücken 297
Auslassen 297
Auspressen 297
Austern 91

Garzeit 113
Avocados
 Auswahl 84
 lagern 85

B

Backblech 61
Backen 298
Backform
 für Muffins 61
Backform 52
Backofen 35
Backpinsel 63
Backpulver 79
 Ersatz 306
Backteig 298
Backutensilien 47
Bain-Marie 96
Balsamico 201
Bananen 85
Bandnudeln 216
Basilikum 71, 290
Béchamelsoße 157
Beeren 86
Begießen 298
Bepinseln 298
Beschichtete Pfanne 48
Bestäuben 298
Beträufeln 298
Beurre manié 189, 298
Binden 298
Bioei 169
Birnen
 Auswahl 84
 lagern 86
Bisque 185
Bittermandelaroma 80
Bitterschokolade
 Ersatz 306
Blanchieren 96, 107, 298
Blätterteig 261
Blätterteighörnchen mit
 Schafskäsefüllung 262
Blattgemüse 85
Blattsalat 205–206, 208

aufbewahren 205
 kaufen 205
 lagern 86
 waschen 205
Blattsalat (Rezept) 209
Blumenkohl
 kochen 109
 lagern 86
Bohnen 76
Bohneneintopf mit Kürbis
 und Tomaten 232
Bohnenkraut 71
Bouillon 185
Bouquet garni 298
Brandsalbe 281
Braten 40, 135, 298
 Garzeiten 138
 Geflügel 140
 in der Pfanne 150
 richtig schneiden 131
 ruhen lassen 137
 Temperaturen 138
 Tipps 151
 würzen 136
Bratensaft
 begießen mit 137
Bratensaftspritze 67, 137
Bratensatz 117
Bratensoße 156
Bratenthermometer 48, 66,
 138, 140
Bräter 48, 52
Brathähnchen 142
Bratkartoffeln 121
Bratpfanne
 aus Gusseisen 50
Braune Soße 156
Bräunen 298
Brennendes Fett 283
Brie 82
Brokkoli 86
Brotlauf mit Schinken
 und Käse 235
Brotaufstrich 264
Brötchen 81

Brotmesser 48
 Brühe 185, 298
 abschöpfen 189
 Brunnenkresse 208
 Bruschetta 263
 Buchweizen 104
 Bulgur 104
 Butter 80, 116
 Ersatz 306
 geklärte 117
 Butterschmalz 117

C

Camembert 83
 Cannelloni 218
 Capelli d'angelo 218
 Capellini 218
 Carbonara 220
 Cayennepfeffer 74
 Cheddar 83
 Chèvre 83
 Chicorée 208
 Chilipulver 74
 Chowder 185
 Conchiglie 219
 Consommé 185
 Coq au Vin 132
 Cornichons 78
 Court Bouillon 185
 Crème fraîche 81
 Ersatz 305–306
 Crisp 243
 Crumble 243
 Cumin 75
 Currypulver 74

D

Dämpfen 40, 95–96, 107, 298
 Deglacieren 117, 298
 Demiglace 299
 Dessert 239
 Dijonsenf 78
 Dill 71
 Ditali 218
 Dorade 90
 Dorschfilet in
 Kräutersoße 113
 Dose 76
 Drei-Beeren-Dessertsalat 249
 Dressieren 142, 299
 Dressing

aufbewahren 202
 variieren 203
 zubereiten 202
 Dunkle Grundsoße 160
 Dünsten 40, 129–130, 299

E

Ei 80
 Ei 167, 232
 aufschlagen 170
 Ersatz 306
 Farbe 168
 Größe 168
 Güteklasse 168
 kochen 172
 rohes 169
 schälen 172
 trennen 170
 Eichblattsalat 206
 Eierrezepte 174
 Eiersalat 175
 Einfacher gemischter
 Blattsalat 209
 Einfetten 299
 Einlegen 299
 Einschneiden 299
 Eintopf 185, 229–230
 Tipps für Katastrophen 232
 Eisbergsalat 206
 Eiscreme 81
 Eiweiß
 schlagen 171
 unterheben 172
 Elektrogrill 64
 Endiviensalat 208
 Entbeinen 299
 Entdarmen 237, 299
 Ente 89
 Entfetten 299
 Entgräten 299
 Entkernen 299
 Entstielen 299
 Erbsensuppe mit
 Krabben 196
 Erhitzen 299
 Ersatzzutat 305
 Eskariol 209
 Essig 76, 201
 Ersatz 305
 Vinaigrette 200
 weißer 201

Essiggurken 78
 Estragon 71

F

Fadennudeln 216
 Farfalle 219
 Fein hacken 299
 Fein würfeln 299
 Feldsalat 208
 Feste Zipfel 299
 Fettarm kochen 49
 Fettfisch 90, 122
 Fettuccine 218
 Feuer löschen 283
 Filet 300
 Filetieren 300
 Filetsteak vom Rind, 97
 Fingerfood 261
 Fisch 87, 90
 dünsten 126
 Garzeit 113
 pochieren 112
 sautieren 122
 Fischfilet mit Spinat und
 Kohlrabi 126
 Fischfond 76
 Fischkochtopf 55
 Flambieren 300
 Fleisch 87
 schmoren 130
 Fleischgabel 60
 Forelle 90
 Forellencreme 265
 Französische Soße 156
 Französische
 Zwiebelsuppe 195
 Freilandeier 168
 French Press 65
 Frikadellen 263
 Frikassee 300
 Frisches Ei 167
 Frischkäse 81
 Friséesalat 208
 Frittata mit Spargel,
 Tomaten und
 Bärlauch 180
 Frittieren 300
 Frucht-dessert 242
 Früchtesalsa 211, 249
 Füllen 303
 Fumet 185

Fumet 300

Fusilli 219

G

Gans 89

Garmethode 40

Garnelen 237

Garnitur 300

Garzeit

beim Braten 138

Gasbackofen 35

Gasherd 35

Gäste-Menü 253

Gedünsteter Blattspinat 127

Geflügel 87, 89, 140

braten 140

Geflügelklein 89, 140

Gefrierschrank 39, 80

Gefüllte Nudeln 218

Gelatine 79, 243

Gelbwurz 74

Gemüse 83

aus dem Ofen 152

blanchieren 107

dämpfen 107

dünsten 126

kochen 107

lagern 84

sautieren 120

Gemüse-Curry 233

Gemüsemesser 58

Gemüsepüree 111

Gemüseschäler 48

Gemüsesoße 156

Gerste 104

Gerstengraupen 104

Geschirrspülmaschine 39

Getreide 104

Getrocknete Pilze 224

Gewürze 70, 230

Gewürznelke 74

Glas 76

Glasieren 300

Glaskeramikkochfeld 36

Glossar 297

Gnocchi mit Hähnchen 276

Gorgonzola 83

Gratinieren 300

Graupen 104

Greizer 83

Grillen 300

Größe

Eier 168

Grundnahrungsmittel 34

Grundsoße

dunkle 160

Grüne Bohnen

kochen 109

lagern 86

Guacamole 165

Gurken 86

Gurkensalat 210

Gusseiserne Bratpfanne 50

Güteklasse Eier 168

H

Hacken 300

Hackfleisch 88, 272

Hackfleischbällchen in

Tomatensoße 273

Hähnchen 89

tranchieren 144

Hähnchenbrust mit Tomaten

und Thymian 123

Hähnchenfleisch

sautieren 123

Hähnchenspieße mit

Speck 264

Hammelfleisch 88

Handrührgerät 64

Hartkäse 81

Haushaltsgerät 35

Hefe 79

Herd 35

Hering 90

Himbeer-Mascarpone-

Creme 248

Hoisin-Soße 76

Honig 80

Hühnerbrust 230

Hühnersuppe mit Nudeln

191

Hummus 164

I

Indische Reispfanne 277

Induktionsherd 36

Ingwer 74

J

Julienne 300

K

Kabeljau 90

Kaffeemaschine 65

Kaffeemühle 65

Kapern 76

Karamellisieren 300

Kardamom 74–75

Karotten

aus dem Ofen 152

lagern 86

Kartoffelcremesuppe

mit Croûtons 193

Kartoffeln

aus dem Ofen 152

Auswahl 84

lagern 86

Kartoffelpresse 108

Kartoffelpüree 108

Kartoffelsalat mit Essig

und Öl 203

Karussellschrank 34

Käse 82

Käse-Quark-Creme mit

Zwiebeln 265

Kasha 104

Kasserolle 48, 52

Kastenform 61

Kerbel 71

Ketchup 78

Kichererbsensalat 210

Kirschen 86

Kiwis 85

Klären 300

Klassisches Tiramisu 247

Klebreis 98

Klinge mit Wellenschliff 57

Klopfen 300

Kneten 301

Knoblauch

Auswahl 84

frischen schälen 186

hacken 118

lagern 86

Knoblauchpresse 120, 187

Köcheln 96

Köcheln lassen 301

Kochen 40, 95–96, 301

Kochgeschirr 47–48

Kochlöffel 48, 60

Kochmesser 48, 55–56

Kohl 208

kochen 110
 lagern 86
 Kopfsalat 206
 Koriander 72, 75
 Kräuter 70, 230
 frische 160
 getrocknete 70, 160
 Kräutersträußchen 298
 Kreuzkümmel 75
 Kristallzucker 79
 Küche 32
 Küchendreieck 32
 Kuchengitter 61
 Kücheninsel 35
 Küchenmaschine 65
 Küchenmesser *siehe*
 Messer
 Küchenschrank 34
 Küchensieb 48
 Kuchenteig 82
 Kuchentester 63
 Küchenunfall 281
 Küchenutensilien 47
 Küchenwaage 48
 Küchenwecker 66
 Kühlen 301
 Kühlschranks 38, 80
 Kümmel 75
 Kürbis
 kochen 110
 Kurkuma 74
 Kurzbraten 115
 Kurzkornreis 97, 100

L

Lachs 90
 Lachs-Champignon-
 Pfanne 122
 Lammfleisch 88, 145
 Lammkeule
 tranchieren 149
 Lammkeule mit
 Kräuterkruste, 148
 Langkornreis 97, 100
 Lasagne 226
 Lebensmittel
 in Dosen 76
 in Gläsern 76
 Leichtes
 Mayonaisedressing 204
 Linguine 218

Linsensalat 267
 Linsensuppe 196
 Löffel 60
 Lorbeerblatt 72
 Löwenzahn 208

M

Magerfisch 90
 Mais
 kochen 110
 Maisgrieß 104
 Majoran 72
 Makkaroni 216
 Mandeln 80
 Mangochutney 78
 Mangos 85
 Marinade 264, 301
 Marinara 220
 Marinieren 301
 Marmorierung 87
 Mascarpone 82, 247–248
 Mayonnaise 78, 156
 Mayonaisedressing 204
 Meerrettich 78
 Meerrettichsoße 157
 Mehl 79
 Mehlschwitze 157, 301
 Mehlsieb 62
 Melonen
 Auswahl 84
 lagern 86
 Menü 253
 Dessert 258
 Hauptgang 256
 planen 41
 Tischdekoration 254
 Vorbereitung 253, 255
 Vorspeise 255
 Zeitmanagement 254
 Zusammenstellung 254
 Merlan 91
 Messbecher 48, 63
 Messen 239
 Messer 55
 geschmiedetes 58
 nachscharfen, 59
 Messlöffel 48
 Messtechnik 239
 Miesmuscheln 91
 Garzeit 113
 Mikrowelle 36

Milch 81
 Ersatz 306
 Milchlammfleisch 88
 Milchreis 98
 Minestrone mit Graupen 190
 Minipizzas 262
 Minze 72
 Mirepoix 290, 301
 Mischen 301
 Mise en place 103, 290
 Miso 78
 Mixersoße 163
 Möhren
 kochen 110
 Mörser 71
 Mousse au Chocolat 240
 Mousseline 160
 Mozzarella 83
 Muscheln 76, 91
 Garzeit 113
 Muskat 75
 Muskatreibe 71

N

Naturjoghurt 82
 Nektarinen
 Auswahl 84
 lagern 86
 Nudelbrett 61
 Nudelgericht 221
 Nudelholz 61
 Nudeln 81, 213
 al dente 214
 Arten 216
 frische 214
 Garzeiten 216
 gefüllte 218
 getrocknete 214
 Reste verwerten 228
 Tipps und Tricks 214
 Nudelsalat 210
 Nudeltopf 54

O

Obst 83
 aus dem Ofen 243
 lagern 84
 Ofengemüse 152
 Öl 76, 116
 Ersatz 305
 Oliven 76

Olivenöl 200
 Omega-3-Ei 169
 Omelett
 mediterran 179
 mit Blattgemüse 179
 mit Fleisch 179
 mit Meeresfrüchten 179
 mit Pilzen 179
 spanisch 179
 vegetarisch 179
 Omelett mit Kräutern 176
 Omelettpfanne 54
 Omelettvariationen 179
 One-Pot-Gerichte 229
 Orangenabrieb 233
 Orecchiette 219
 Oregano 72
 Orzo 219

P

Paella 235
 Panade 301
 Panieren 150, 301
 Papayas 85
 Paprikapulver 75
 Paprikaschoten
 eingelegte 76
 lagern 86
 Parboiled Reis 97
 Parboiled Reis 98
 Parboiling-Verfahren 98
 Party
 vorbereiten 259
 Zeitmanagement 260
 Pasta 213
 Pastarezept 221
 Pastasofe 219
 Pastinaken
 aus dem Ofen 152
 kochen 110
 Pecorino Romano 83
 Pellkartoffeln 109
 Pellkartoffeln mit
 Kräuterquark 272
 Penne 218
 Penne mit Parmesan
 und Basilikum 224
 Perlgrauen 104
 Pesto 78, 220
 Petersilie 72
 Pfanne 49

Pfannenrühren 301
 Pfannenwender 48, 61
 Pfefferkörner 75, 125
 Pfirsiche
 Auswahl 84
 lagern 86
 Pilze 85
 getrocknete 224
 lagern 86
 Piment 75
 Pizzastein 55
 Pochieren 40, 95–96, 301
 Pökeln 301
 Polenta 104
 Polenta mit Kräutern 106
 Poularde 89
 Preiselbeeren 76
 Pressstempelkanne 65
 Primavera 220
 Prise 302
 Puderzucker 80
 Püree aus roten Paprika 112
 Püreesuppe 186, 193
 Pürieren 302
 Pürierstab 64
 Pute 89
 Puttanesca 220

Q

Quark 81
 Quiche Lorraine 238
 Quinoa 104
 Quirl 64

R

Radicchio 208
 Ragout 302
 Ragù alla Bolognese 221
 Raspeln 302
 Rauchmelder 283
 Rauchpunkt 116
 Ravigote 156
 Ravioli 219
 Rebeln 302
 Reduzieren 96, 156, 302
 Reiben 302
 Reis 97
 Reisessig 202
 Reispilaw 101
 Reissalat 210
 Relish 78

Resteverwertung 231, 275
 Fisch 275
 Fleisch 275
 Gemüse 275
 Nudeln 228
 Paella 235
 Ricotta 81
 Rigatoni 218
 Rind 145
 Rinderbraten in Rotwein
 131
 Rinderfiletbraten 147
 Rindfleisch 87
 abhängen 88
 sautieren 124
 Rindfleischentopf mit
 Wurzelgemüse 231
 Risotto 102
 Roastbeef 147
 Rohes Ei 169
 Röhrennudeln 216
 Romana 206
 Roquefort 83
 Rosenkohl 110
 Rosmarin 72, 230
 Rote Grütze mit Vanilleeis 242
 Rotelle 219
 Rotwein 77
 Rotweinessig 202
 Rucola 208
 Rührei 45
 Rührgerät 64
 Rührschüssel 60

S

Safran 75, 235
 Sahne 81
 saure 81
 Sahne-Butter-Soße 155
 Sahnesofe 159
 Salat 199, 266
 Auswahl 84
 Salat aus Kirschtomaten mit
 Fetakäse 210
 Salat mit überbackenem
 Ziegenkäse 256
 Salatöl 200
 Salatschleuder 205
 Salatsoße 199
 Salbei 72
 Salmonellen 90

- Saltimbocca mit
 Schmortomaten, 151
 Salz 136
 Salzkartoffeln 109
 Sardellen 76
 Sauce au Raifort 156
 Sauce Béarnaise 156, 160
 Sauce Bourguignonne 156
 Sauce Champagne 156
 Sauce Chantilly 160
 Sauce Choron 160
 Sauce Hollandaise 156
 Sauce Mornay 157
 Sauce Poivrade 156
 Sauce Provençale 156
 Sauce Soubise 157
 Sauerkirschen mit
 Stracciatella-Creme 258
 Sauerrahm 81
 Saure Sahne 81
 Sauteuse 51
 mit gewölbtem Rand 54
 Sautieren 40, 115, 302
 Sautierte Pfannkartoffeln
 123
 Schälen 302
 Schalentiere 91
 Schälmesser 48, 58
 Schalotten
 Auswahl 84
 lagern 86
 Scharfes Anbraten 136, 302
 Scharfes Würzen 302
 Schaumigrühren 302
 Schaumlöffel 61
 Schellfisch 90
 Schlagen 302
 Schmetterlingstechnik 302
 Schmoren 40, 129–130, 302
 Schmortopf 53
 Schneebeesen 60
 Schneidbrett 59, 66
 Schnelle Küche
 aus dem Wok 273
 mit Hackfleisch 272
 mit Kartoffeln 271
 Resteverwertung 275
 Vorbereitung 270
 Schnellkochtopf 64, 229
 Schnittkäse 81
 Schnittlauch 72
 Schnittwunde 285
 Schnitzel 150
 vom Kalb 150
 vom Schwein 150
 Schokolade 80
 Schöpflöffel 61
 Schwein 145
 Schweinebraten 145
 Schweinefleisch 87
 Schweizer Wurst-Käse-Salat
 266
 Schwenkpfanne 51
 Seehecht 91
 Sellerie 86
 Semmelbrösel 237
 Senf 78
 Senfmayonnaise 143
 Shakshuka 181
 Sicherheit in der Küche 42
 Siebeinsatz 96
 Sieben 303
 Sieden 96
 Simmern 96
 Sojasoße 79
 Sonntagsbraten 149
 Soße 155
 binden 122
 braune 156
 deglacieren 117
 dunkle 160
 französische 156
 Mixersoßen 163
 Pastasoßen 219
 weiße 156–157
 Spaghetti 218
 Spaghetti alle Vongole 221
 Spaghetti mit einer
 schnellen, frischen
 Tomatensoße 222
 Spaghettizange 61
 Spanisches Omelett 179
 Spargel
 kochen 110
 lagern 85
 Spargeltopf 67
 Speisestärke 80
 Spiegelei 44
 Spinat 209
 Sprenkeln 303
 Springform 62
 Stabmixer 64
 Stampfen 303
 Standmixer 64
 Standrührgerät 64
 Stärkemehl
 Ersatz 305
 Steamer 107
 Stieltopf *siehe* Kasserolle
 Stopfen 303
 Stubenküken 89
 Suppe 183
 abschöpfen 189
 andicken 189
 Arten 185
 fade 188
 Püreesuppen 193
 Techniken für die
 Zubereitung 184
 versalzen 188
 Suppenhuhn 89
 Suppentopf 48, 53
 Süßkartoffeln
 kochen 110
 Szegediner Gulasch 134
- T**
- Tabascoße 79
 Taboulé 105
 Tagliatelle 218
 Tagliatelle mit getrockneten
 Steinpilzen und Schinken
 225
 Tahini 79
 Tarteform 61
 Teigschaber 60
 Temperatur
 beim Braten 138
 Thymian 72
 Tilapia 91
 Tiramisu 246
 Toastbrot 81
 Tomaten
 aus dem Ofen 152
 Auswahl 221
 eingelegte 79
 eingelegte getrocknete 76
 entkernen 187
 in Dosen 76
 lagern 86
 schälen 187
 Tomaten mit Mozzarella und
 Avocado 211

Tomatenchutney 78
 Tomatenmark 76
 Tomatensalat 210
 Tomatensoße 156
 Tomatensuppe 194
 Topf 49
 Topfhandschuhe 282
 Topflappen 49
 Tortellini 219
 Toskanischer Brotsalat 56
 Trauben
 Auswahl 84
 lagern 86
 Trockenvorrat 34

U

Übergrillen 303
 Umluftofen 36
 Umrechnungstabelle 307
 Unfall
 in der Küche 42
 Unterhacken 303
 Unterheben 303
 Utensilien 47

V

Vanille
 Ersatz 306
 Vanillearoma 80
 Vanilleschote 80
 Vanilleschote 248
 Vegetarisches Omelett 179
 Verbrennung 281
 verhindern 282
 Verdünnen 303
 Verkohltes Essen 284
 Vermengen 303
 Vermicelli 218
 Verquirlen 303

Vinaigrette 156, 200, 202
 Vollkornreis 98, 103
 Vorheizen 303
 Vorrat 69
 Backzutaten 79
 Gemüse 84
 getrocknete Kräuter 70
 Gewürze 70
 Lebensmittel 76
 Obst 84
 Trockenvorräte 70
 Vorratskammer 34, 69

W

Walnuss
 Ersatz 305
 Wasserbad 96, 161–162
 Weiche Zipfel 303
 Wein 76
 kochen mit 103
 zum Ablöschen 117
 Weinkeller 77
 Weinregal 77
 Weinstein 80
 Weiße Buttersoße 156
 Weiße Soße 156
 Weißer Essig 201
 Weißwein 77
 Weißweinessig 202
 Wellenschliff 57
 Wenden 303
 Westernomelett 179
 Wetzstahl 59
 Wiegen 240
 Wiener Schnitzel 150
 Wildreis 98, 103
 Winterendivie 209
 Winterkürbis 86
 Wittling 91

Wok 54, 273
 Wokpfanne mit Rindfleisch
 und Gemüse 274
 Würfeln 304
 Würzen 304

Z

Zackenmesser 57
 Zander 91
 Zander unter der Gemüse-
 haube 257
 Zange 60
 Zeitmanagement
 Menü 254
 schnelle Küche 269
 Zerkrümeln 304
 Zerlegen 304
 Zesten 304
 Ziegenkäse 83
 Zimt 75
 Ziti 218
 Zitronenabrieb 233
 Zitrusfrüchte 86
 Zucchini
 grillen 152
 kochen 110
 lagern 86
 Zucker
 Ersatz 306
 Zuckerschoten 111
 Zutat
 ersetzen 288
 Zwiebel
 aus dem Ofen 152
 Auswahl 84
 hacken 118–119
 lagern 86
 schälen 188
 Zwiebelsuppe 195





