

## Einleitung

- 7 Vorwort
- 8 Wissenswertes

## Suppen

- 20 Buchweizensuppe
- 22 Bunte Gemüsesuppe
- 24 Champignoncremesuppe mit Croutons
- 26 Curry-Linsen-Suppe
- 27 Currysuppe mit Shiitakepilzen
- 28 Erbsensuppe mit Tofuwürstchen
- 30 Feurige Linsensuppe
- 32 Gemüse-Erdäpfel-Suppe
- 33 Gemüsesuppe süß-sauer
- 34 Karfiolcremesuppe
- 36 Karotten-Paprika-Suppe
- 37 Erdäpfel-Eierschwammerl-Cremesuppe
- 38 Kürbiscremesuppe
- 40 Kürbissuppe mit Ingwer
- 41 Knoblauchsuppe
- 42 Maissuppe
- 43 Minestrone
- 44 Orientalische Gemüsesuppe
- 46 Rote Rübensuppe
- 47 Süßkartoffelsuppe
- 48 Toskanische Paradeissuppe
- 49 Zwiebelsuppe

## Gulasch & Eintöpfe

- 52 Eierschwammerlgulasch
- 54 Erdäpfelgulasch
- 55 Gemüsegulasch
- 56 Krautgulasch
- 58 Kürbiseintopf
- 59 Linseneintopf
- 60 Melanzanieintopf

- 61 Paradeiser-Kürbisgulasch
- 62 Schwammerlgulasch
- 64 Veganer Bauerneintopf
- 65 Zucchinigulasch

## Hauptspeisen

- 68 Buntes Ratatouille
- 69 Chili
- 70 Chinakohl-Curry
- 71 Couscouspfanne
- 72 Curry-Kohl
- 73 Gefüllte Paprika
- 74 Gemischtes Herbstgemüse
- 76 Gemüsetopf
- 78 Gemüsepfanne „Allerlei“
- 79 Kohlsprossen-Linsen-Curry
- 80 Kürbis-Erdäpfel-Curry
- 82 Linsen „Bologneser Art“
- 83 Linsencurry
- 84 Maistopf
- 85 Mediterrane Bulgurpfanne
- 86 Mediterraner Gemüsetopf
- 88 Pikante Tortillas
- 90 Scharfer Fenchel
- 91 Thailändisches Gemüse-Curry
- 92 Türkischer Bohnentopf

## Beilagen

- 96 Baked Beans
- 98 Bunte Gemüsepfanne
- 100 Chinakohlgemüse
- 101 Gedünstetes Kraut
- 102 Kürbiskraut
- 104 Sauerkraut „Wiener Art“
- 105 Paradeis-Kraut
- 106 Spitzpaprika-Champignon Gemüse
- 107 Weinkraut
- 108 Zucchinigemüse

## Eingelegtes Obst & Gemüse

- 112 Eierschwammerl
- 113 Essiggurken süß-sauer
- 114 Gegrillte Paprika in Öl
- 116 Gemüse im Chilisud
- 117 Marinierte Melanzani
- 118 Mixed Pickles
- 120 Ofenparadeiser
- 121 Pfefferoni süß-sauer
- 122 Senfgurken
- 124 Steinpilze
- 125 Zucchini

## Saucen, Pestos & mehr

- 128 Bolognese
- 130 Gemüsesauce mit herbstlichen Feldfrüchten
- 131 Grüne Paradeismarmelade
- 132 Ketchup
- 133 Kürbissugo
- 134 Letscho
- 135 Löwenzahngelee
- 136 Marillen Chutney
- 138 Paradeis-Paprika-Sauce
- 139 Paradeismarmelade
- 140 Paradeiser-Petersilien-Pesto
- 141 Paradeiser-Spargelragout
- 142 Paradeissauce mit Paprika und Oliven
- 143 Pastasauce mit Fenchel und Zucchini
- 144 Scharfe Paradeissauce
- 145 Sugo Arrabiata

## Desserts

- 148 Apfel-Brioche-Auflauf
- 150 Birnenmus
- 151 Eingelegte Äpfel
- 152 Erdäpfelgugelhupf
- 153 Karottenkuchen
- 154 Kirschmichel
- 156 Mango-Topfen-Auflauf
- 158 Pfirsichkuchen mit Marzipan
- 159 Schoko-Mandel-Auflauf
- 160 Süßer Grießkuchen
- 161 Vegane Erdbeer-Brot-Nachspeise
- 162 Veganer Schokogugelhupf

## Sirup

- 166 Fliedersirup
- 166 Gänseblümchensirup
- 168 Himbeersirup
- 168 Holunderblütensirup
- 169 Holundersirup
- 170 Quittensirup
- 170 Schokoladensirup