

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Die fleischlose Küche**

**Binswanger, Maria**

**Baden-Baden-Lichtental, 1913**

I. Einteilung der Rezepte.

**urn:nbn:de:bsz:31-56180**

## **I. Einteilung der Rezepte.**

- I. Suppen.**
- II. Gemüse.**
  - 1. Schotengemüse.
  - 2. Knollen- und Wurzelgemüse.
  - 3. Blattgemüse.
  - 4. Gemüse verschiedener Art.
- III. Hülsenfrüchte.**
- IV. Pilze.**
- V. Salate.**
- VI. Beigüsse.**
- VII. Beilagen zu Gemüsen und Salaten.**
- VIII. Mehlspeisen.**
  - 1. Breie.
  - 2. Verschiedene Mehlspeisen.
  - 3. Aufläufe.
  - 4. Puddings.
  - 5. Strudel.
  - 6. Creme.
  - 7. Flammeri und Kaltschalen.
- IX. Kuchen.**
- X. Kompotte.**
- XI. Diätspeisen.**
- XII. Rohkostzusammenstellung.**
- XIII. Speisenfolgen**
  - a) für den Mittagstisch.
    - 1. Frühling.
    - 2. Sommer.
    - 3. Herbst.
    - 4. Winter.
  - b) für den Abendtisch.

- XIV. **Größere Dinners.**
- XV. **Winke für Zusammenstellung der einzelnen Mahlzeiten.**
- XVI. **Praktische Winke für Anfänger in der vegetarischen Lebensweise.**
- XVII. **Tabelle über die Nährwerte der gebräuchlichsten Nahrungsmittel in Prozenten und Kalorien.**
- XVIII. **Zubereitung der in der Anstalt eingeführten Kräutertees.**