

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Inhaltsverzeichnis	7
1. Umsatz mit Imbiss und Catering	9
1.1 Klassische und gesundheitsorientierte Speisen	9
1.2 Vollwertige Snacks auf Brotbasis	11
1.3 Warme und kalte Mahlzeiten	13
1.4 Catering und Fertiggerichte	14
1.5 Gesundes appetitlich und interessant anbieten	17
1.6 Möglichkeiten und Grenzen bei der Benennung der Speisen	18
2. Gesundheitsorientierte Menüs wirtschaftlich herstellen	24
2.1 Planung und Organisation	24
2.2 Arbeiten mit Komponenten	25
2.3 Menüs und Zielgruppen	26
3. Rezepte	29
3.1 Allgemeines/Abkürzungen	29
3.2 Suppen	32
3.3 Fleisch & Geflügel	64
3.4 Fisch	102
3.5 Gemüse	118
3.6 Beilagen	136
3.7 Pasta	150

4. Rezepte in der Übersicht	172
4.1 Rezepte und Ernährungsformen	172
4.2 Allergene in den Rezepten	176
4.3 Rezeptverzeichnis alphabetisch	181
5. Die Autorin	185

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Inhaltsverzeichnis	7
1. Ernährungstrends	9
1.1 Fleischverzehr	9
1.2 Außer-Haus-Verzehr	10
1.3 Gesundheitstrend.	10
1.4 Neue Kreationen	10
1.5 Do-it-yourself-Trend	10
2. Allergenbewusstes Kochen	12
2.1 Kennzeichnung von Allergenen.	12
2.2 Allergiker als Kunden und Gäste.	16
2.3 Allergene in der Küche	17
2.4 Gluten im Fokus	21
3. Spezielle Küchenpraxis	24
3.1 Umgang mit Fetten.	24
3.2 Kochen ohne Fleisch und Fisch	27
3.3 Leitfaden zur Konzeption eines Büffets für viele Ernährungsformen	30
4. Rezepte	32
4.1 Allgemeines/Abkürzungen	32
4.2 Salate	36
4.3 Aufläufe & Gratins	58
4.4 Frikadellen, Bratlinge & Co.	76

4.5	Quiches & herzhafte Kuchen	102
4.6	Snacks	123
4.7	Dipps, Dressings & Pasten	132
4.8	Desserts	152
4.9	Gluten- und laktosefreie Backwaren	164
5.	Rezepte in der Übersicht	182
5.1	Rezepte und Ernährungsformen	182
5.2	Allergene in den Rezepten	185
5.3	Rezeptverzeichnis alphabetisch	189
6.	Die Autorin	193