

# Japanischer Auberginen-Salat

dann in einem Dashi-Dressing mit Mirin und Sake eingelegt. So saugen sich die Auberginen schön voll und vereinen alle Aromen zu einem vollmundigen Geschmack.

---

## Kartoffel-Wedges in Knusperpanade

zaubern. Mein Geheimnis für die perfekte Knusperpanade? Ein selbstgemachter Rub aus gemahlene Röstzwiebeln und Gewürzen. Während die Kartoffelspalten innen schön weich bleiben, verleiht der Rub ihnen so die optimale Kruste. Aber Vorsicht! Diese knusprigen Wedges machen süchtig!

---

## Trauben-Feta-Salat

Fruchtig. Erfrischend. Würzig. Trauben-Feta-Salat ist ein kleines Geschmacksspektakel und schnell gezaubert. Wir genießen ihn vom Spätsommer bis in den Herbst, wenn die Trauben Saison haben und besonders knackig sind. Da der Salat seinen Biss lange behält, lässt er sich sehr gut vorbereiten und ist so auch ideal Buffets und Picknicks.

---

# Pastasalat mit Spargel

Verleih deinem Pastasalat zusätzlichen Biss! Mit knackigem grünen Spargel! Eine unschlagbare Kombination aus fruchtigen und erdigen Aromen. Und: Der Salat lässt sich prima vorbereiten. So kannst du ihn mit ins Büro, zum Picknick oder zur nächsten Grillparty mit nehmen. Oder du machst du ihm zum geheimen Liebling auf deinem Buffet.

---

# Gebratener grüner Spargel

Zitrone, ein wenig Knoblauch, viel mehr braucht es nicht. So wird der Spargel außen leicht knusprig und bleibt innen herrlich weich und saftig. Das perfekte Gericht für die ersten warmen Tage des Jahres.

---

# Königspasteten mit Frikassee

Elegante Vorspeise, raffiniertes Fingerfood, schicke Beilage zum Hauptgang. Blätterteig-Pasteten mit Hühnerfrikassee sind ebenso klassisch wie zeitlos. Die Kombination aus knusprigem Blätterteig, zartem Gemüse und cremiger Sauce verschmelzen zu aromatischen Häppchen und werden deine Gäste begeistern. Das Beste: Du kannst die Königspasteten mit Frikassee auch ganz einfach in vegan zaubern.

---

# Samosas

Dreieckig. Gefüllt. Frittiert. Samosas sind indische Teigtaschen, die in Öl ausgebacken werden. Besonders oft sind sie dabei mit einer würzigen Mischung aus gestampften Kartoffeln und Erbsen gefüllt. Auch wir lieben diese Zubereitung mit Ingwer, Knoblauch, Koriander, Garam Masala, Fenchelsamen und Kreuzkümmel. Und wer auf die traditionelle Zubereitung mit Ghee verzichtet und stattdessen vegane Butter verwendet, kann die Samosas im Handumdrehen veganisieren.

---

# Kartoffelsalat mit Kürbiskernöl

Sämig. Aromatisch. Und ein bisschen grün. Einfach österreichischer Kartoffelsalat, wie ich ihn liebe. Wichtig ist, dass die Kartoffeln noch heiß geschält und direkt mit dem Dressing vermengt werden. So saugen sie sich richtig schön voll und strotzen nur so vor Geschmack. Und oben auf gehört natürlich ein zünftiger Schuss Kürbiskernöl aus der Steiermark und eine Handvoll frisches Schnitzel. Dazu ein Wiener Schnitzel oder eine Portion Backhendl und schon fühl ich mich in meine alte Heimat zurückversetzt.

---

# Apfel-Sellerie-Salat

Knackig. Erfrischend. Fruchtig. Apfel-Sellerie-Salat ist der perfekte Wintersalat. Denn genau dann hat Stangensellerie Saison, sind die gelagerten Äpfel noch herrlich knackig. Ich gebe gern ein paar Mandeln für den Crunch hinein und balanciere die leichte Schärfe der Zwiebeln mit etwas Agavendicksaft aus. Da dieser Salat lange frisch bleibt, lässt er sich dabei super vorbereiten.

---

## Gyoza

Raffiniert. Traditionell. Aromatisch. Gyoza sind herzhaft gefüllte Teigtaschen, die sowohl gebraten als auch gedämpft werden. Die traditionelle japanische Vorspeise ist wird mit Hackfleisch, Kohl und Frühlingszwiebel gefüllt. Ihren charakteristischen Geschmack erhalten die Teigtaschen jedoch durch Sesamöl. Das Beste: Sie lassen sich hervorragend auf Vorrat produzieren und einfrieren

---

## Blattsalat mit Honig-Senf-Dressing

Klassisch. Würzig. Und mit einer feinen Süße. Auch ein kleiner Beilagensalat kann aromatisch einiges bieten. Eine besonders schöne Kombination: Blattsalate wie Feldsalat und Eichblattsalat mit würzigen Extras wie Mangold und Rucola

mischen. Beim Honig-Senf-Dressing ist dann vor allem die Qualität des Senfs entscheidend. Wer es etwas milder und süßer mag, greift zu körnigem Senf. Wer eine leichte Schärfe mag, wählt Dijon-Senf.

---

## **Kürbislasagne mit konfierten Hokkaido-Perlen**

Elegant. Verspielt. Aromatisch. Kürbislasagne ist Kürbis in seiner schönsten Form. Perfekt kontrastiert durch herben, in Kürbiskernöl mariniertem Radicchio-Salat, butterweiche Hokkaidoperlen, Creme fraiche und karamellisierte Kürbiskerne entsteht so ein edles Gericht, das deine Gäste verzaubert. Und in einem mehrgängigem Menü – wie zum Beispiel meinem veganem Tasting-Menü – wird dieses Kürbisgang gewiss zum Star.