

INHALT

- 10 Widmung
- 10 Dank
- 11 Vorwort

EINFÜHRUNG

- 14 Herkunft und Geschichte
- 16 Mythen und Bräuche
- 18 Botanik
- 24 Ernte – Lagerung – Einkauf –
Verwendung
- 26 Nussöl
- 28 Inhaltsstoffe
- 30 Heilkunde
- 32 Hausapotheke
- 36 Sagenhaft

REZEPTE

- 37 Aperitif
- 47 Vorspeisen
- 59 Mahlzeiten
- 85 Desserts
- 97 Kuchen und Torten
- 109 Kleingebäck
- 115 Likör und Wein

ANHANG

- 120 Register
- 122 Adressen
- 124 Über die Autorin
- 124 Literatur

Rezepte

Wo nicht anders vermerkt, sind die Rezepte für 4 Personen berechnet.

Abkürzungen

- EL = gestrichener Esslöffel
- TL = gestrichener Teelöffel
- dl = Deziliter
- ml = Milliliter
- l = Liter
- Msp = Messerspitze