

# Zutaten auf einen Blick

## Gewürze

	Rindfleisch	Kalbfleisch	Schweinefleisch	Lammfleisch	Hähnchen/Pute	Ente	Gans	Wild	Fisch	Schalentiere	Blattsalat	Blumenkohl	Bohnen	Broccoli	Erbsen/Linsen	Kartoffeln	Kohlrabi	Karotten	Rotkraut	Sauerkraut	Spinat	Tomaten	Zucchini	
Basilikum									Orange	Grün												Grün	Grün	
Beifuß gemahlen			Orange	Orange		Orange	Orange	Orange				Grün												
Bohnenkraut			Orange	Orange								Grün			Grün									
Cayennepfeffer	Orange			Orange					Orange		Grün	Grün			Grün									
Curcuma gemahlen				Orange	Orange	Orange	Orange			Orange		Grün						Grün						
Curry gemahlen	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange					Grün							Grün						
Estragon				Orange		Orange																		
Ingwer			Orange	Orange	Orange													Grün				Grün	Grün	
Knoblauch	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange				Orange	Grün				Grün									
Koriander			Orange		Orange						Grün				Grün								Grün	Grün
Kümmel				Orange										Grün	Grün	Grün				Grün				
Lorbeerblätter	Orange							Orange											Grün	Grün				
Majoran															Grün									
Muskat												Grün		Grün	Grün							Grün		
Nelken		Orange				Orange		Orange										Grün						
Oregano				Orange					Orange										Grün				Grün	Grün
Paprika "edelsüß"	Orange				Orange	Orange									Grün									Grün
Paprika "Rosenscharf"					Orange	Orange			Orange						Grün									Grün
Pfeffer "schwarz"	Orange			Orange			Orange	Orange							Grün		Grün		Grün				Grün	Grün
Pfeffer "weiß"		Orange			Orange	Orange			Orange		Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün		Grün	Grün	Grün		
Piment				Orange				Orange																Grün
Rosmarin	Orange			Orange			Orange		Orange						Grün				Grün					Grün
Safran				Orange																				
Thymian	Orange			Orange		Orange		Orange	Orange			Grün			Grün								Grün	Grün
Wacholderbeeren								Orange		Orange							Grün		Grün	Grün				
Zimt				Orange			Orange												Grün					

# Beliebte Gerichte auf einen Blick

## Gewürze

	Roulade	Sauerbraten	Gulasch	gedünsteter Fisch	gegrillter Fisch	Pilzpfanne	Pizza	Omelette	Suppen/Eintöpfe	Gemüseaufläufe	Risotto	Paella	Kartoffelsuppe	Bratkartoffeln	Blechkartoffeln	Fruchtkompott	Milchreis	Plätzchen	Kuchen	Obstsalat	Dunkle Soßen	Helle Soßen	Tomatensoßen		
Basilikum																									
Bohnenkraut																									
Cayennepfeffer																									
Curcuma gemahlen																									
Curry gemahlen																									
Estragon																									
Ingwer																									
Knoblauch																									
Koriander																									
Kümmel																									
Lorbeerblätter																									
Majoran																									
Muskat																									
Nelken																									
Oregano																									
Paprika "edelsüß"																									
Paprika "Rosenscharf"																									
Pfeffer "schwarz"																									
Pfeffer "weiß"																									
Piment																									
Rosmarin																									
Safran																									
Thymian																									
Wacholderbeeren																									
Vanille																									
Zimt																									