

REIHE, Köstlich essen

## Köstlich essen für Leber & Galle

Über 130 Rezepte: schonend, bekömmlich und leicht

Bearbeitet von  
Sven-David Müller, Christiane Weißenberger

3. Auflage 2016. Buch. 144 S. Hardcover  
ISBN 978 3 432 10206 1  
Format (B x L): 22 x 23 cm

[Weitere Fachgebiete > Medizin > Human-Medizin, Gesundheitswesen > Medizin, Gesundheit: Sachbuch, Ratgeber](#)

Zu [Leseprobe](#) und [Sachverzeichnis](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](http://beck-shop.de) ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

## Rezeptverzeichnis

### A

- Aioli 57
- Allgäuer Käsespätzle 70
- Apfel**
  - Hokkaido-Apfel-Suppe 49
  - Apfel-Zimt-Marmelade 44
  - Apfelkuchen 125
  - Apfelquark 37
- Aprikosen**
  - Marillenknödel 112
  - Aprikosen-Vanille-Konfitüre 44
  - Aprikosenmuffins 117
- Artischocken, gebratene 101
- Asiatische Kokosmilchsuppe 50
- Aubergine**
  - Auberginen, provenzalische 72
  - Französische Fischpfanne 80
  - Gemüsetoast 62
  - Mediterraner Gemüsemix 98
  - Ratatouillequiche 72
- Avocado Maki 85

### B

- Backofenkartoffeln 90
- Bagels 128
- Baguette Greek 46
- Beeren**
  - Beeren-Crumble 114
  - Beereneis 110
  - Beerenmüsli 37
  - Beerenobstsalat 108
  - Beerenquark 108
  - Beerentörtchen 120
  - Erdbeersmoothie 42
  - Früchtebrötchen 38
  - Heidelbeerpfannkuchen 114
  - Heidelbeersmoothie 40
  - Heidelbeersoße 104
  - Himbeer-Buttermilch 40
  - Himbeerdessert 9
  - Johannisbeer-Brombeer-Gelee 44
  - Rote Grütze 103
- Birnen-Camembert-Toast 46
- Brokkoli in Vinaigrette 54
- Brownies 117

### C

- Champignonbruschetta 58
- Champignons**
  - Fischcurry Madras 82
  - Indonesischer Fisch 82
- Chicorée gratin 68
- Couscous Casablanca 98
- E**
  - Erdbeersmoothie 42
- F**
  - Fenchel, Herbstsalat 54
- Fisch**
  - Fisch, indonesischer 82
  - Fischcurry Madras 82
  - Fischpfanne, französische 80
- Fitnessdressing 56
- Französische Fischpfanne 80
- Früchtebrötchen 38
- Früchtegugelhupf 127
- Fruchtige Tomatensoße 99
- Fruchtiges Frühstück 38
- Frühlingskäse 42

### G

- Gebratene Artischocken 101
- Gegrilltes Obst 109
- Gemüselasagne 68
- Gemüsereis 92
- Gemüsetoast 62
- Gnocchi mit Salbeibutter 65
- Grießpudding 104
- Grüner Spargel mit Schinken 54
- Grünkernsalat 52
- Gurkensalat 53

### H

- Haferflockenwaffeln 119
- Hähnchenschaschlik 76
- Haselnussbrot 132
- Hefeschnecken 119
- Hefezopf 128
- Heidelbeerpfannkuchen 114
- Heidelbeersmoothie 40
- Heidelbeersoße 104
- Herbstsalat 54
- Himbeer-Buttermilch 40
- Himbeerdessert 9
- Hirse vom Blech 96

- Hokkaido-Apfel-Suppe 49
- Honig-Senf-Dressing 57
- Hummus 57
- Hüttenkäse mit Radieschen 42

### I

- Indisches Kartoffelpüree 90
- Indisches Rührei 47
- Indonesischer Fisch 82
- Italienischer Spargel 96

### J

- Johannisbeer-Brombeer-Gelee 44

### K

- Kabeljau mit Tomaten-Oliven-Soße 80
- Kalbsgeschnetzeltes mit Spinat 78
- Karamellierte Kartoffeln 90
- Karotte**
  - Gemüselasagne 68
  - Karotten-Kartoffel-Püree 89
- Kartoffeln**
  - Backofenkartoffeln 90
  - Gnocchi mit Salbeibutter 65
  - Karotten-Kartoffel-Püree 89
  - Kartoffelbrot 132
  - Kartoffeln, karamellierte 90
  - Kartoffelpüree, indisches 90
  - Rosmarinkartoffelchen 89
- Käsekuchen 122
- Käsespätzle, Allgäuer 70
- Kichererbsen, Hummus 57
- Kirschauflauf 112
- Kokosmilchreis 103
- Kokosmilchsuppe, asiatische 50
- Kräuterpolenta 98
- Kräutertaler 62
- Kürbiskernbrot 130
- Kürbiskuchen 122

### L

- Lachs Nigiri 85
- Lauchquiche 51

### M

- Maisfladen 62
- Mangoeis 110

- Marillenknödel 112
- Mediterraner Gemüsemix 98
- Mediterranes Rührei 46
- Minestrone 49

### N

- Nudel-Zucchini-Auflauf 66
- Nudelsalat 52
- Nussreis 92

### O

- Obst, gegrilltes 109
- Omelett mit Tomate 60

### P

- Pancakes 114
- Paprika**
  - Gemüselasagne 68
  - Mediterraner Gemüsemix 98
  - Paprikataler 60
- Penne mit Thunfischsugo 66
- Pfirsich**
  - Fruchtiges Frühstück 38
  - Pfirsichkuchen 125
  - Pfirsichtraum 108
- Pflaumenchutney 86
- Porridge mit Pflaumenmus 39
- Provenzalische Auberginen 72
- Putenröllchen in Tomatensoße 76

### Q

- Quark-Zimt-Creme 106
- Quarkbrötchen 131

### R

- Ratatouillequiche 72
- Reissalat 52
- Rhabarbergrütze 106
- Rhabarberkuchen 125
- Rinderfilet mit Gemüsestreifen 78
- Risotto Milanese 94
- Rosmarinkartoffelchen 89
- Rote Grütze 103
- Rucola**
  - Rucola-Chinakohl-Salat 8
  - Rucolabruschetta 58
  - Rucolacremesuppe 51
- Rührei, indisches 47
- Rührei, mediterranes 46

**S**

Schlemmerfrühstück 38  
 Schokoladencreme 104  
 Schokoladeneis 110  
 Schokomuffins 119  
 Schweinefilet in Preiselbeer-  
 soße 8  
 Sesambaguette 130  
 Sommerspätzle 94  
 Spargel, grüner mit  
 Schinken 54  
 Spargel, italienischer 96

Spinat, Kalbsgeschnetzeltes  
 mit Spinat 78  
 Spinat-Hackfleisch-Auflauf 70  
 Süßkartoffelrösti mit Lachs 86

**T****Tomaten**

– Kabeljau mit Tomaten-Oliven-  
 Soße 80  
 – Tomatenbutter 58  
 – Tomatensoße, fruchtige 99  
 – Tomatensuppe 50

– Tomatentarte 74

**V**

Vanillebirne 107  
 Vanillesoße 106  
 Vinaigrette 56  
 Vitaminbombe 40

**W**

Waldpilzrisotto 65  
 Windbeutel 120  
 Würzreis 92

**Z**

Zitronenrolle 127  
**Zucchini**  
 – Französische Fischpfanne 80  
 – Gemüselasagne 68  
 – Gemüsetoast 62  
 – Nudel-Zucchini-Auflauf 66  
 – Ratatouillequiche 72  
 – Sommerspätzle 94  
 – Zucchinihutney 86  
 – Zucchiniküchlein 74

**Stichwortverzeichnis****A**

Alkohol 13, 16, 29  
 Ammoniak 11  
 Aszites 15–16

**B**

Ballaststoffreiche Kost 23  
 Beschwerdetagebuch 18  
 Brot, abgelagertes 18, 27  
 Brotbelag 25

**E**

Eiweiße 11  
 Eiweißreduzierte Kost 24

**F**

Fett sparen 22  
 Fettleber 12–13  
 Fibrate 17

**G**

Galle 12  
 Gallenblase 11  
 Gallenflüssigkeit 12  
 Gallenkolik 11  
 Gallenschonkost 17  
 Gallensteine 17  
 Gallensteinleiden 17  
 Gewichtsverlust 16  
 Gewürze 21

**H**

hepatische Enzephalo-  
 pathie 15  
 Hepatitis 14  
 Hepatitis B 14

**J**

Javanische Gelbwurz 17

**K**

Kochfett 25  
 Kolik 17  
 Kräuter 20

**L**

LCT-Fette 16  
 Leber 10  
 Leberzirrhose 15  
 Lipase 12

**M**

Mangelfettleber 12  
 Mariendistel 17  
 Mastfettleber 12–13  
 MCT-Fette 12, 18, 21, 26  
 Mehltypen 128

**N**

Nüsse 21

**R**

Rohkost 27

**S**

Schonkost 27  
 Steatorrhö 18

**T**

Trinkmenge 24

**V**

verzweigt-kettige  
 Aminosäuren 16

**Z**

Zink 15–16