

# Das Buch für die Urlaubsküche

Egal ob im Zelt, im Wohnmobil, in der Ferienwohnung, auf der Hütte oder an Bord eines Schiffes, auch im Urlaub möchten Sie gut essen und genießen. Selbst unter einfachsten Bedingungen und mit minimaler Kücheneinrichtung soll aus frischen Produkten ein feines Essen auf den Tisch kommen. »Urlaubsküche«, das unentbehrliche Kochbuch und Nachschlagewerk, das in keinem Wohnmobil und keiner Hütte fehlen darf.

Katharina Bodenstein /  
Jutta Schneider  
**Urlaubsküche**  
144 Seiten,  
230 Fotos, gebunden  
€ 19,90 (D), € 18,40 (A), Fr. 34,-



- 160 Rezepte für ein, höchstens zwei Flammen, die auch Anfängern leicht gelingen.
- Vom dampfenden Erdofen bis zum Fisch am Brett – die besten Rezepte zum Garen, Grillen, Braten und Backen am offenen Feuer
- Pfiifige Lösungen fürs Kochen unter freiem Himmel: vom Feuermachen über die Notbeleuchtung bis zum Flaschenöffnen ohne Flaschenöffner.
- Die besten Ideen, um Pleiten, Pech und Pannen elegant zu meistern.
- Wissenswertes zu Beeren, Kräutern und Pilzen, die Sie unterwegs finden können.
- Rezepte für originelle »grüne Mitbringsel« in Form von Aromaölen, Essig und Wein.
- Ausrüstungstipps und empfehlenswerte Produkte und Hilfsmittel.

Weitere Informationen zum Buch  
[www.urlaubskueche.com](http://www.urlaubskueche.com)

Weitere Informationen zum Programm des AT Verlags  
[www.at-verlag.de](http://www.at-verlag.de)

Erhältlich in allen Buchhandlungen oder beim Verlag:

In Deutschland:  
AT Verlag/ Atmosphären Verlag GmbH  
Gotzinger Straße 52a  
D - 81371 München  
Tel: 089/767 567-20  
Fax: 089/ 767 567-11  
info@atverlag.de

In der Schweiz:  
AT Verlag - Versandabteilung  
Stadtturmstraße 19  
CH – 5401 Baden  
Tel: 0041 (0)58 200 44-11  
Fax: 0041 (0)58 200 44-01  
at-versand@azag.ch



## Urlaubsküche

Die besten Rezepte  
für Wohnmobil, Camping,  
Hütte und Boot



»Dieses Buch richtet sich an Urlauber, die unterwegs gerne frisch, einfach und kreativ kochen. Wir zeigen Ihnen 160 schnelle und originelle Rezepte, die alle auf ein bis zwei Flammen auch Anfängern leicht gelingen. Das Motto bei der Ausrüstung lautet: Weniger ist mehr! Eine Pfanne, zwei Töpfe, Reibe, Sieb und ein Grillrost ist alles, was Sie an Kochgeschirr benötigen, ein Kühlschrank ist nicht erforderlich. Alle Rezepte gelingen ohne Abwiegen, da wir die Zutaten tassen-, löffel- oder stückweise angeben.

Sie lernen feine Kräuter, Blüten, Beeren und Pilze in der Natur und auf Märkten kennen und zaubern im Handumdrehen leckere Mitbringsel wie feine Öle und Essige, in denen Sie die Aromen des Urlaubs einfangen. Pleiten, Pech und Pannen gehören beim improvisierten Kochen dazu: Wir verraten pfiiffige Lösungen, um diese elegant zu meistern. Und nicht zuletzt geht es natürlich auch ums Kochen, Garen, Braten und Grillen am offenen Feuer unter freiem Himmel.«

*Katharina Bodenstein und Jutta Schneider*



## Aus dem Inhalt:

### *Blitzrezepte auf ein bis zwei Flammen*

Vorspeisen - Suppen - Salate - Fisch und Meeresfrüchte - Fleisch - Nudeln - Eierspeisen - Gemüse - Reis, Bulgur, Couscous - Picknick, kleiner Imbiss - Grillen - Grillsaucen - Desserts - Getränke

### *Offenes Feuer: garen, grillen, braten, backen*

Anzünder aus der Natur - Der Platz fürs Lagerfeuer - Holz finden - Feuerstellen bauen - Gestelle für Töpfe und Kessel bauen - Grillrost selbst bauen - Kochen am offenen Feuer - Garen auf dem Dachziegel - u.v.m.

### *Leckere Geschenke: Aromatische Öle, Essig & Co. selbst ansetzen*

In Öl ausziehen - Essig mit Aroma - aromatischer Wein - Kräuter- und Fruchtliköre - Kräuter trocknen - Honig mit Aroma - Tomatensugo für daheim - u.v.m.

### *Kochen: Geschickt improvisieren*

Dosen öffnen ohne Öffner - Zitronen ausdrücken ohne Presse - Astquirl zum Umrühren - Wasser frisch halten - Mückenschutztipps - Fliegen und Wespen austricksen - klassische Tricks, eine Bierflasche zu öffnen - Energiereserven sparen: Kochen mit der Kochkiste - u.v.m.

### *Naturmedizin: Sich unterwegs selbst helfen*

### *Streifzug durch die Natur*

Unterwegs auf Beerenjagd - Pilze: Ein Männlein steht im Walde - Vom Zauber leckerer Blüten - Wild ernten: Feine Kräuter selbst entdecken

## Eine Auswahl der schönsten Rezepte:

- knusprige Blätter- und Blütenmäuschen,
- Brennnessel-Kartoffel-Suppe
- Lavendel-Ziegenkäse-Salat,
- Dorade nach kroatischer Art
- Lamm mit Thymian in Rotweinsteinmarinade,
- Steinpilz-Bärlauch-Orecchiette
- Spätzle schaben wie die Schwaben
- Pufferschlacht mit Kartoffeln, Zucchini und Parmesan
- Walnussjoghurt mit Pfirisch und Birne
- wärmender Ingwertee
- wilder-Beeren-Milch-Trank



## Hüttenzauber: Duftende Pfifferlingspfanne

500 g Spaghetti  
 4-8 Handvoll frische Pfifferlinge oder Maronenröhrlinge, Parasole oder Steinpilze (250-500 g), geputzt und grob zerkleinert  
 2-3 EL Butter  
 2 EL Öl (aromatisiertes Steinpilzöl)  
 Salz und Pfeffer

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser kochen, abschütten und abtropfen lassen. Inzwischen die Pilze in Butter und Öl 2-3 Minuten braten, pfeffern und salzen, dann die abgetropften Spaghetti darin schwenken. Selbst gesammelte Pilze schmecken noch mal so gut.

Variation (siehe Foto): Statt der Teigwaren 4-6 verquirlte Eier und gehackte Petersilie unter die Pilze in der Pfanne rühren.