

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

beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung 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
 - Beertörtchen 120
 - Erdbeersmoothie 42
 - Früchtebrötchen 38
 - Heidelbeerfannkuchen 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
- Chicoréegratin 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
- Heidelbeerpannkuchen 114
- Heidelbeersmoothie 40
- Heidelbeersoße 104
- Himbeer-Buttermilch 40
- Himbeerdessert 9
- Johannisbeer-Brombeer-Gelee 44
- 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-Olivensorße 80
- Kalbsgeschnetzeltes mit Spinat 78
- Karamellisierte Kartoffeln 90
- Kartoffeln**
 - Gemüselasagne 68
 - Karotten-Kartoffel-Püree 89
- Backofenkartoffeln 90
- Gnocchi mit Salbeibutter 65
- Karotten-Kartoffel-Püree 89
- Kartoffelbrot 132
- Kartoffeln, karamellisierte 90
- Kartoffelpüree, indisches 90
- Rosmarinkartöffchen 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
- Rhabarbergrüte 106
- Rhabarberkuchen 125
- Rinderfilet mit Gemüsestreifen 78
- Risotto Milanese 94
- Rosmarinkartöffchen 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 Preiselbeersoße 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
 - Zucchinihutnay 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 Enzephalopathie 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
Mehltype 128

N

- Nüsse 21

R

- Rohkost 27

S

- Schonkost 27
Steatorrhö 18

T

- Trinkmenge 24

V

- verzweigtkettige Aminosäuren 16

Z

- Zink 15–16