

© des Titels »6 Jahreszeiten« (978-3-7423-0439-1)  
2018 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München  
Nähere Informationen unter: <http://www.rivaverlag.de>

JOSHUA MCFADDEN  
MIT MARTHA HOLMBERG

---

# 6 JAHRESZEITEN

---

DAS ANDERE GEMÜSE-KOCHBUCH



# Inhalt

7

**Wie ich erst  
schmutzig und dann  
ein Koch wurde**

9

**Vorwort**

von Barbara Damrosch  
und Eliot Coleman

11

**Was ich lernte,  
als ich mit Joshua  
dieses Buch schrieb**

von Martha Holmberg

13

**Wie dieses Buch Ihnen  
hilft, besser zu kochen**

17

**Mein Vorratsschrank**

29

**Rezepte für alle Fälle**

57

**Pickles:**

**Sechs Jahreszeiten in  
einem Einmachglas**

**JAHRESZEIT EINS**

**Frühling** 60

**Artischocken** 65

**Erbsen** 72

**Favabohnen** 80

**Rettichgewächse** 88

**Salat und anderes  
frühes Blattgemüse** 94

**Grüner Spargel** 102

**Zuckerschoten** 112

**Zwiebeln**

(frühe Saison) 120

**JAHRESZEIT ZWEI**

**Früh-  
sommer** 126

**Beten** (frühe Saison) 131

**Fenchel** 136

**Kartoffeln**  
(frühe Saison) 142

**Möhren**  
(frühe Saison) 147

**Speiserüben**  
(frühe Saison) 156

**Stangensellerie** 160

**JAHRESZEIT DREI**

**Hochsommer**  
170

**Blumenkohl** 175

**Brokkoli** 185

**Gurken** 195

**Schnittbohnen** 202

**Sommerkürbis** 209

**JAHRESZEIT VIER**

**Spät-  
sommer** 216

**Auberginen** 221

**Mais** 231

**Gemüsepaprika  
und Chilis** 243

**Tomaten** 254

**Trockenbohnen** 266

**JAHRESZEIT FÜNF**

**Herbst** 274

**Beten**  
(späte Saison) 279

**Blattkohl** 284

**Grünkohl** 288

**Mangold** 296

**Möhren**  
(späte Saison) 302

**Pilze** 310

**Rosenkohl** 320

**JAHRESZEIT SECHS**

**Winter** 326

**Kartoffeln**  
(späte Saison) 331

**Knollensellerie** 336

**Getrocknetes Getreide  
und Polenta** 342

**Kohl** 344

**Kohlrabi** 352

**Pastinaken** 356

**Speiserüben**  
(späte Saison) 360

**Steckrüben** 366

**Winterkürbis** 370

**Zwiebeln**  
(lagerfähig) 380

386

**Danksagung**

388

**Register**