

Landfrauen-Kochbücher aus Westfalen-Lippe

(Stand: November 2013)

Wenn es um das Kochen geht, macht den Landfrauen so schnell keiner etwas vor. So wundert es niemanden, dass zahlreiche Kochbücher von Landfrauen geschrieben wurden. Wer über die Landfrauen-Kochbücher aus Westfalen-Lippe einen Überblick bekommen möchte, kann sich die Liste ansehen, die von der Redaktion des Landwirtschaftlichen Wochenblattes zusammengestellt wurde.

hmm... Leckere Plätzchen so heißt das Backheft, in dem erprobte Plätzchenrezepte der Landfrauen aus Welbergen/ Langenhorst zusammengestellt sind. Die Auswahl reicht von A wie Agnesplätzchen bis Z wie Zitronenstangen. Insgesamt finden sich in dem spiralgebundenen, DIN A5 großen Heft 74 Rezepte. Zu bestellen ist das Backheft bei Johanna Rausse, Tel. (02553-2766), Fax (02553-977 923) oder per E-Mail: johanna@rausse.net.

Widde, widde, witt – guten Appetit heißt das Kochbuch von vier Frauen aus Glinge im Sauerland. Ivonne Danz, Britta Broichhaus, Karina Rademacher (Tel. 02395/160374) und Susanne Sasse (Tel. 02395/16905) haben nun schon im zweiten Band regionale Rezepte der Glinger Bürger zusammengestellt. Diese reichen von Suppe über Fleisch- und Fischgerichte bis hin zu süßen Speisen mit einfachen Zutaten. Im Frühjahr 2013 folgt der dritte Band. Die Bücher kosten 9,50€ pro Stück und können telefonisch oder per E-Mail an info@glinger-kochbuch.de bestellt werden. Mehr Informationen unter: www.glinger-kochbuch.de.

Fingerfood – Kleine Köstlichkeiten zu jedem Anlass heißt das Rezeptbuch, in dem die Landfrauen Nottuln, Schapdetten und Appelhülsen ihre Lieblingsrezepte zusammengestellt haben. Die Idee dazu hatten sie während eines Fingerfood-Abends, zu dem jede Landfrau etwas mitbrachte. Aus diesen 21 Rezepten entstand zunächst ein kleines Buch für die Teilnehmer. Weil die Resonanz so gut war, rief das Vorstandsteam seine Mitglieder auf, weitere Rezepte zu diesem Thema zu schicken. So entstand das spiralgebundene, DIN A5 große Buch mit 86 Rezepten. Den Erlös des Heftes spenden die Landfrauen an soziale Projekte in der Region. Erhältlich ist das Fingerfood-Buch für 6 Euro plus Versandkosten bei den Landfrauen Nottuln, Schapdetten und Appelhülsen, Ansprechpartner: Mechthild Hartz, Tel. (0 25 02) 79 33, E-Mail: mechthildhartz@hotmail.de, und Meggi Höflich, Tel. (0 25 02) 2 54 63, Fax 2 54 65, E-Mail: meggie-hoeflich@t-online.de

„Vier Jahrzehnte Landküche – Bei Freunden und Gästen beliebt“ heißt das Buch von Hilde Diekmeier. Die 74-jährige Landfrau vom Forellenhof in Dörentrup-Schwelentrup im Kreis Lippe gehört zu den Pionieren, die vor über 40 Jahren mit „Urlaub auf dem Bauernhof“ angefangen haben. Auf 200 Seiten hat Hilde Diekmeier jetzt traditionelle und auch neue Rezepte aus ihrer Tätigkeit der Gästebewirtung auf dem Ferienhof sowie der Tätigkeit als Lehrfrau der hauswirtschaftlichen Ausbildung dokumentiert. Die Rezepte reichen von Vorspeisen und kleinen Gerichten über Eintöpfe, Aufläufe, festliches Essen und Grillrezepte bis hin zu Wildgerichten, Weihnachtsbäckerei und Kuchenrezepten. Erhältlich ist das Buch für 12,90 € plus Versandkosten bei Frau Hilde Diekmeier, Tel. (0 52 65) 94 57 00 oder per E-Mail an "AK.Stocksmeier@t-online.de".

In ihrem Buch **„Apfel-Rezepte mit Biss – Vieles rund um den Apfel“** haben die Landfrauen des Ortsverbandes Geseke-Störmede 114 ausprobierte Rezepte zu Papier gebracht. Gegliedert ist das Buch in die Rubriken Suppen, Hauptgerichte, Salate, Getränke, Desserts, Kuchen, Soßen/Dips und Verschiedenes. Das Kochbuch im Format DIN-A5 mit Spiralbindung kostet 9 Euro plus 3 Euro Versandkostenpauschale. Der Nettoerlös kommt drei Kindergärten zugute. Nähere Informationen zum Buch sowie die Verkaufsstellen und ein Onlineformular zur Bestellung gibt es im Internet unter www.wening-fotografie.de.

Das Kochbuch **„Rezepte aus der Landfrauenküche“** von Agnes Temminghoff enthält rund 130 Rezepte. Es ist in neun Kapitel gegliedert: Salate, Suppen, Fleisch, Geflügel, Aufläufe, Eintöpfe, Pfannengerichte, Pizza und Pikantes, Nachspeisen. Das Buch im Format DIN A5 mit Spiralbindung kostet 9 Euro plus Porto und Versand und ist zu beziehen bei: Agnes Temminghoff, Doemern 30, 48691 Vreden, Tel. (02564) 3929423, www.landfrauen-rezepte.de.

Den Meßlinger Landfrauen in den Topf geschaut – so verwöhnen wir unsere Gäste. 100 Seiten, 8 Euro inklusive Porto, Lieferzeit 14 Tage, zu beziehen unter E-Mail lf-messlingen@gmx.de. 100 Ideen zum Kochen für Gäste stellen die Meßlinger Landfrauen in diesem Rezeptbuch in DIN-A5-Format mit praktischer Spiralbindung vor. Es enthält unter anderem einfache Gerichte, wie Erbsensuppe, Arabisches Reiterfleisch oder Waldorfsalat, feine Speisen, wie Schwarzwaldcreme, Filettopf oder Lachsrolle, und Kleinigkeiten, wie Gefülltes Meterbrot, überbackener Toast oder Restekuchen. Dazu gibt es elf Rezepte für Liköre, Cocktails und Bowlen. Die Anleitungen sind übersichtlich gegliedert und die Zutaten einfach zu beschaffen.

Mit und ohne (Alkohol) – herausgegeben von Ilse Hombrink, der Ehrenvorsitzenden des Landfrauenverbandes Lette, Kreis Warendorf. Das Buch enthält handgeschriebene Rezepte für hausgemachte Liköre, Schnäpschen und Getränke mit und ohne Alkohol. 207 Seiten, fester Einband, 10 Euro zuzüglich Porto und Verpackung. Zu beziehen bei: Ilse Hombrink, In der Horst 12, 59302 Oelde-Lette, Tel. (0 52 45) 56 17.

Das Kochbuch aus dem Spargeldorf Füchtorf – herausgegeben vom Landfrauenverband Füchtorf, Kreis Warendorf. Dem Spargel sind allein 50 Rezepte in dieser umfassenden Sammlung gewidmet. Hinzu kommen handgeschriebene Rezepte für allerlei Speisen: Suppen, Geflügel- und Fleischgerichte, Kartoffelrezepte und Brotaufstriche, Torten, süße und pikante Kuchen und vieles mehr. Das Buch mit 345 Seiten und festem Einband kostet 10,50 Euro plus Porto. Zu bestellen ist es bei: Landfrauenverband Füchtorf, Magret Möllmann, Glaneort 4, 48336 Füchtorf, Tel. (0 54 26) 37 39

Köstliches und Kostbares aus dem Spargeldorf Füchtorf – herausgegeben von den Landfrauen aus Füchtorf, Kreis Warendorf. Dieses Buch ist nach den verschiedenen Jahreszeiten mit ihren Anlässen gegliedert. Es werden unter anderem Getränke, Suppen, Fleischgerichte, Aufläufe, Nachspeisen, Eingemachtes, Kuchen und Plätzchen vorgestellt. Neben vielen handschriftlichen Rezepten enthält das Buch einige Gedichte und kleine Geschichten, die die Füchtorfer Landfrauen gesammelt haben. Das 357 Seiten starke Buch hat einen festen Einband und ist für 10,50 Euro zuzüglich Porto ebenfalls erhältlich bei: Landfrauenverband Füchtorf (Adresse siehe oben).

Anno dazumal im Warburger Land, Kochrezepte – herausgegeben vom Sozialdienst Katholischer Frauen Warburg. Unter der Leitung der Bäuerin Marlies Fischer haben Frauen aus dem Warburger Land ihre Familienrezepte beigesteuert. Die Palette reicht von Suppen über Fleisch, Geflügel, Fisch und Eintöpfe bis zu Süßspeisen, Backwerk und Einmachspezialitäten. Das Buch hat 439 Seiten, einen festen Einband und kostet 13 Euro. Es ist zu beziehen bei: Marlies Fischer, Haus Riepen, 34414 Warburg, Tel. (0 56 41) 24 28.

Rezepte aus dem Münsterland, Band 1 (rotkariert), Band 2 (blaukariert), Band 3 (grünkariert), Band 4 (gelbkariert) – zusammengestellt und herausgegeben von den Landfrauen Lette, Kreis Warendorf. 1984 brachten die Landfrauen ihr erstes Kochbuch mit erprobten und gelobten Rezepten auf den Markt – ein Riesenerfolg mit 550.000 verkauften Exemplaren. 1994 erschien das zweite Buch, 1999 der dritte Band und 2004 das vierte Exemplar dieser Serie. Alle Bücher enthalten Rezepte für alte Hausmittel, Liköre, Schnäpschen und Drinks, Suppen, Salate, Toasts und Eierspeisen, Fleisch, Geflügel, Wild, Gemüse und vieles mehr. Große Summen aus dem Verkaufserlös werden für wohltätige Zwecke gespendet. Die Bücher haben rund 500 bis 600 Seiten, einen festen Einband und kosten jeweils 10 Euro zuzüglich Porto. Ab einer Bestellmenge von fünf Büchern sind sie portofrei. Sie sind zu bestellen bei: Cäcilia Kröger, Tel. und Fax (0 52 45) 7 01 37, E-Mail: Landfrauen-Lette@oelde.com.

Die Lieblingsrezepte der Altenbekener Landfrauen – zusammengestellt vom Landfrauenverband Altenbeken, Kreis Paderborn. Fast ein Kilo wiegt die geheftete Rezeptsammlung im DIN-A4-Format. Darin sind 170 verschiedene Rezepte, von Landfrauen erprobt, zusammengetragen. Die Sammlung enthält deftige Fleischgerichte, Aufläufe und Salate, Suppen, Desserts sowie Kuchen und Torten. Das Rezept-Heft kostet 13 Euro plus Porto und Verpackung. Es ist zu bestellen bei: Landfrauenverband Altenbeken, Anneliese Höschen, Feldmark 15, 33184 Altenbeken, Tel. (0 52 55) 18 36.

Erprobte Rezepte der Isselhorster Landfrauen, Kochen (orange), Backen (gelb) – zusammengestellt und herausgegeben von den Landfrauen des Kirchspiels Isselhorst, Kreis Gütersloh. Die Landfrauen bieten ihre Lieblingsrezepte in zwei DIN-A5-Ringbüchern an. Das orange Ringbuch enthält Kochrezepte für Suppen, Salate, Fleischgerichte, Pizzen und Aufläufe, Süßspeisen und Getränke. Das gelbe Ringbuch enthält Backrezepte für Torten, Kuchen, Plätzchen und Vollwertgebäck. Die Ringbücher kosten jeweils 7,50 Euro plus Porto. Der Verkaufserlös ist für eine Kinderkrippe in einem indischen Ort und für ein Krankenhaus im afrikanischen Tansania bestimmt. Die Bücher sind zu bestellen bei: Gisela Niedergassel, Holtkampstr. 6, 33649 Bielefeld, Tel. (0 52 41) 65 55.

Brot-Rezepte der Anröchter Landfrauen – Zu einem gemütlichen Treffen brachten Landfrauen aus Anröchte, Kreis Soest, selbst gebackenes Brot und selbst hergestellte, pikante Brotbeläge mit. Das Brot-Büffet schmeckte so lecker, dass die Landfrauen sich gegenseitig die Rezepte für die mitgebrachten Leckerbissen aufschrieben. Daraus entstand diese Rezeptheft im DIN-A5-Format. Darin finden sich Spezialitäten wie Krustenbrot und Kochkäse, Schnittlauchbrot, pikanter Kartoffelpottkuchen und vieles mehr. Der Verkaufserlös kommt der Lippstädter Initiative für Jugendhilfe, -bildung und -arbeit zugute. Dort kann man das Rezeptheft zum Preis von 2,55 Euro plus Porto auch bestellen: Initiative Jugendhilfe, Südstr. 20, 59558 Lippstadt, Tel. (0 29 41) 75 20.

Back-Ideen – zusammengestellt von Ulrike Woestmann. Diese Rezeptsammlung wurde für den Verkauf auf dem Weihnachtsmarkt erstellt. Entsprechend finden sich darin vor allem Rezepte, die in die kalte Jahreszeit passen: Plätzchen und festliche Torten, Konfekt und Pralinen sowie einige Rezeptvorschläge für heiße Getränke. Die Rezepte stammen von Landfrauen aus Lüdinghausen und Ottmarsbocholt, Kreis Coesfeld. Die Rezeptsammlung im DIN-A4-Format kostet inklusive Porto und Verpackung 11 Euro. Sie ist zu bestellen bei: Ulrike Woestmann, Aldenhövel 64, 59348 Lüdinghausen, Tel. (0 25 98) 16 13.

Gut vorbereitet – von Ulrike Woestmann. Rund 160 Rezepte von Kuchen, Torten, Suppen, Fleischgerichten, Salaten und Desserts sind in dieser Sammlung zusammengestellt. Der DIN-A4-Hefter kostet 8 Euro zuzüglich Porto und ist zu bestellen bei: Ulrike Woestmann, Aldenhövel 64, 59348 Lüdinghausen, Tel. (0 25 98) 16 13.

Mein schönstes Rezept – zusammengestellt von der Katholischen Frauengemeinschaft Messinghausen. Den Bau des Pfarrgemeindezentrums unterstützen die Frauen aus dem Dorf Messinghausen bei Brilon, Hochsauerlandkreis, mit dem Erlös ihres Kochbuches. Das Ringbuch enthält 250 Seiten mit Lieblingsrezepten aus Küchen und Backstube. Besonders vielfältig sind die Tortenrezepte, 61 an der Zahl! Wer gern backt, findet ebenfalls viele interessante Rezepte. Das Ringbuch kostet 12,50 Euro plus Porto. Es ist zu bestellen bei: Gabriele Heppe, Diemelseestr. 15, 59929 Brilon-Messinghausen, Tel. (0 29 63) 23 32.

Dorothea's Neue Kochgeheimnisse;

Backgeheimnisse;

Dorothea's Neue Backgeheimnisse;

Gesund & fit durch vernünftige Ernährung;

Dorothea's Was soll ich kochen? Rezepte rund ums Jahr;

Dorothea's Was soll ich kochen? Schnelle leichte Küche – von Dorothea Haselkamp. Alle sechs Bücher sind im Vehling-Verlag, Postfach 1901, 59455 Werl, Tel. (0 29 22) 9 79 00, www.vehlingbuch.de, erschienen und sind dort direkt oder über den Buchhandel zu beziehen. Verfasst wurden sie von einer Landfrau aus dem Münsterland, die ihre besten Rezepte, Ernährungs- und Küchentipps darin zusammengetragen hat. Jedes Buch hat einen Umfang von 370 bis 450 Seiten, ist fest gebunden und kostet 6,80 Euro.

Wir bitten zu Tisch. Ein kulinarischer Streifzug durch die vier Jahreszeiten – herausgegeben vom Landfrauenverband Siddinghausen, zu beziehen bei Mariane Wieh, Weiner Kirchweg 11, 33142 Büren-Siddinghausen,

Tel. (0 29 51) 35 16, 150 Seiten, 13 Euro plus Versandkosten. Dieses Kochbuch enthält neben den vorgestellten Gerichten überwiegend Kochanleitungen für traditionelle Gerichte, wie Himmel und Erde, Pillekuchen oder Herrencreme. Aber auch ausgefallene Speisen, beispielsweise Mangoldpfanne oder Zucchini-Schokoladen-Torte schlägt das Buch vor. Die Gerichte sind in vier Kapiteln auf die vier Jahreszeiten abgestimmt. Natürlich sind auch viele Kuchen- und Plätzchenrezepte aufgeführt.

Kochbuch der Tonnenheider Landfrauen – zu beziehen bei Marion Klasing, Hahnenkamp 12, 32369 Rahden-Tonnenheide, Tel. (0 57 75) 279, 448 Seiten, 11,80 Euro plus Versandkosten. 360 handgeschriebene Rezepte enthält dieses Kochbuch in Ringbuchform. Für jeden Geschmack ist etwas dabei, beispielsweise eine deftige Kartoffelpfanne, Käse-Fladenbrot, Spargelcocktail oder überbackene Zunge. Natürlich fehlen Torten, Plätzchen und Einmachrezepte nicht. Dazu kommen gute Ratschläge und lustige Sprüche.

Kleine Köstlichkeiten mit Pfiff!, Erprobte Rezepte vom LandfrauenService – herausgegeben vom Landfrauen-Service Münsterland. Die Landfrauen aus den Kreisen Steinfurt und Warendorf arbeiten im Landfrauen-Service Münsterland zusammen. Sie bieten verschiedene hauswirtschaftliche Dienstleistungen an. In dieser DIN-A5-Broschüre geben sie erprobte Rezepte weiter. Hier werden auf fast 60 Seiten Vorspeisen, Fleischgerichte, Pikantes, Salate, Desserts und andere Gerichte vorgestellt. Das Heft ist für 2,60 Euro plus Portound ab zehn Exempkaren für 2,10 plus Porto zu bestellen bei: Landfrauen-Service Münsterland, Frau Meinert, Nevinghoff 40, 48143 Münster, Tel. (02 51) 599-456.

Die leckersten Fleischrezepte vom Rind und Schwein – herausgegeben von den Landfrauen aus dem Kreis Steinfurt. Einige Steinfurter Landfrauen haben sich zu einem Arbeitskreis "Öffentlichkeitsarbeit und Verbraucherinformation" zusammengeschlossen, um sachliche Verbraucheraufklärung zu betreiben und ein realistisches Bild von moderner Landwirtschaft zu geben. In diesem Kochbuch haben sie dazu ihre bislang "geheimen" Lieblingsrezepte von Rind und Schwein gesammelt. Das Buch enthält außerdem Hinweise zu Inhaltsstoffen, Einkauf sowie Vor- und Zubereitung von Fleisch. Es kostet 3 Euro zuzüglich Porto und ist zu beziehen bei: Infokreis Landfrauen Steinfurt/Tecklenburger Land, Hemberger Straße 10, 48369 Saerbeck, oder Frau Beckkonert, Tel. (02572) 7546.

Kartoffelrezepte und Partysuppen – herausgegeben von den Landfrauen aus dem Kreis Steinfurt. 44 Kartoffel- und 19 Suppenrezepte enthält dieses Landfrauen-Kochbuch. Im Vorspann bieten die Landfrauen außerdem Informationen rund um die Kartoffel wie zum Beispiel Geschichte, Nährstoffangaben und Tipps zum Kaloriensparen. Die Broschüre kostet 3 Euro plus Porto und ist zu beziehen bei: Infokreis Landfrauen Steinfurt/Tecklenburger Land (Adresse siehe oben).

Schnelles und Pikantes aus dem Backofen – herausgegeben von den Landfrauen aus dem Kreis Steinfurt. In diesem Buch werden Aufläufe und Blechgerichte vorgestellt. Es gibt die Kapitel „Pikantes aus dem Backofen“, „Nudelgerichte – Nicht nur für Kinder“, „Wir erwarten nette Gäste“, „Fisch – Dem Fisch sagt man viel Gutes nach“ und „Vegetarische Gerichte“. Das Buch schließt mit einer kleinen Ernährungslehre ab. Die Broschüre kostet 3 Euro plus Porto und ist erhältlich bei: Infokreis Landfrauen Steinfurt/Tecklenburger Land (Adresse siehe oben).

RAZ-FAZ-Kuchen vom Blech ... ganz schnell, ganz einfach, ganz lecker – herausgegeben von den Landfrauen aus Laggenbeck. Diese Broschüre enthält neben dem Raz-Faz-Kuchen 47 weitere Blechkuchen-Rezepte. Gesammelt und erprobt wurden die Rezepte von Landfrauen, die mit ihrem Namen dafür bürgen. Auf zwei Seiten geben die Landfrauen eigene Backtipps bekannt. Das ca. 50 Seiten starke Heft kostet 3,50 plus Porto und ist zu beziehen bei: Magdalene Steingröver, Tel. (0 54 51) 81 13.

„Koch doch!“

Das neue Rezeptbuch „Koch doch!“ der Landfrauen aus Ahaus-Wessum im Kreis Borken enthält auf etwa 200 Seiten über 220 erprobte Gerichte. Die Kochideen in dem Heft sind für die Alltags- und die Festtagsküche geeignet. Das Buch im DIN-A5-Format mit praktischer Spiralbindung ist gegliedert in Vorspeisen/Suppen, Aufläufe/Überbackenes, Hauptgerichte, Salate und Nachspeisen. Es gibt auch ein ausführliches Kapitel mit fast 50 Kuchen sowie mit 13 Brotrezepten und Getränken, wie Bowlen und Liköre. Darüber hinaus sind Anleitungen für verschiedene Salatsoßen und Dips enthalten. Wer im Kochen etwas versiert ist, findet in diesem Buch sehr gute Anregungen.

Das Rezeptbuch „Koch doch!“ kostet 10 Euro und ist zu bestellen bei den Wessumer Landfrauen, Elisabeth Buddendick-Vissing, Tel. (02561) 82352.

... über die westfälischen Grenze hinaus ...

Uplengener Landfrauen

Um die Feier anlässlich des 50-jährigen Bestehens ihres Ortsvereins zu finanzieren, stellten die Uplengener Landfrauen ein Buch mit Tortenrezepten zusammen. Uplengen ist eine Gemeinde in Ostfriesland, im niedersächsischen Landkreis Leer. Das Tortenbuch der ostfriesischen Landfrauen wurde bislang selbstverlegerisch in der Region vermarktet. Jetzt hat der Landwirtschaftsverlag Münster-Hiltrup das Buch „Leckere Torten-Träume“ professionell überarbeitet und neu herausgebracht. „Es enthält einfache und von Landfrauen erprobte Rezepte“, erzählt die Vorsitzende der Uplengener Landfrauen, Helga Roßkamp. Die Rezepte reichen von Klassikern wie Frankfurter Kranz, Schwarzwälder-Kirsch-Torte und Donauwellentorte bis hin zu ausgefallenen Rezepten wie Eistorte und Minztorte. Die 45 Rezepte in dem DIN A5 großen Buch mit Spiralbindung sind jeweils auf einer Doppelseite mit ansprechendem Foto dargestellt. Zwei Seiten mit Tipps für die Herstellung der verschiedenen Teigarten runden das Buch ab.

Erhältlich ist das Buch „Leckere Torten-Träume“ vom Landwirtschaftsverlag Münster-Hiltrup für 9,95 Euro beim Leserservice, Tel. (02501) 801-301, im Internet unter www.buchweltshop.de und im Buchhandel. Die ISBN lautet 978-3-7843-5025-7.

-Mittlerweile sind 42 weitere Rezepte der Uplengener Landfrauen in "Leckere Torten-Träume Band 2" erschienen. Der Schwerpunkt liegt darin auf fruchtigen Torten. Der zweite Band ist unter der ISBN 978-3-7843-5182-7 ebenfalls für 9,95€ beim Leserservice oder im Internet erhältlich.

Köstliche Kartoffelküche – herausgegeben von Marlies Wiemer, einer Bäuerin und Oecotrophologin, die früher als Lehrerin an der Landwirtschaftsschule in Warendorf tätig war. Das Kochbuch im DIN A5-Querformat mit Spiralbindung enthält über 50 erprobte Rezepte von Kartoffel-Gerichten, ob Suppe oder Auflauf, Beilage oder Eintopf. Das Buch hat 54 Seiten und kostet 7 Euro plus Porto. Zu beziehen ist es bei: Marlies Wiemer, Kuhlendahler Str. 250, 42553 Velbert, Tel. (02053) 923450, Fax 923455, E-Mail: info@gut-kuhlendahl.de

Leckerbissen aus dem Backofen – ebenfalls von Marlies Wiemer.

Das zweite Kochbuch der Bäuerin und Oecotrophologin enthält rund 90 Rezepte für Aufläufe, Gratins, pikante Torten, Blechgerichte und überbackene Kleinigkeiten. Die meisten Gerichte sind herzhafter Art, aber auch einige Süßspeisen sind dabei. Das Buch hat 100 Seiten, etwa im Format DIN A5 und ist spiralgeheftet. Es kostet 7,50 Euro plus Porto, und ist bei Marlies Wiemer (Adresse siehe oben) direkt zu bestellen.

Eine Reise durch das Gemüseland – von Marlies Wiemer und Ina Berns-Hollinderbäumer. Bestelladresse siehe oben, 124 Seiten, Format DIN A5 mit Spiralbindung, 7,50 Euro zuzügl. Porto, Lieferung auf Rechnung. Bereits ihr drittes Kochbuch legt die Bäuerin Marlies Wiemer vor. Nach Leckerbissen aus dem Backofen und Kartoffelgerichten steht diesmal Gemüse in allen Variationen auf dem Programm. 120 Rezepte hat sie gemeinsam mit Ina Berns-Hollinderbäumer, die als hauswirtschaftliche Fachberaterin bei einem Energieversorgungsunternehmen viele Rezepte erprobt hat, zusammengetragen. Da finden sich sowohl traditionsreiche rheinische Gerichte, wie Endivien- oder Stielmuseintopf als auch ausgefallene Speisen, beispielsweise Linsengemüse auf Bandnudeln, und internationale Rezepte.

Beliebte Wettruper Koch- und Backrezepte – 376 Seiten, 10 Euro, zu beziehen bei Monika Schlump Tel. (05909) 261.

Dieses Koch- und Backbuch mit Spiralbindung enthält etwa 370 Rezepte nach Themen gegliedert, wie Brot, Fleischgerichte, Dessert oder Pikantes. Zu jedem Anlass sind in dem übersichtlich gestalteten Heft traditionelle, aber auch ausgefallene Ideen zu finden, beispielsweise zum Frühstück gefüllte Pflirsche und Brotrezepte, für die Party verschiedene Suppen, wenn es schnell gehen soll Nudelgerichte und fast 70 Torten und Kuchen. Die meisten Rezepte sind schnell und einfach nachzukochen.

Echt lecker! Deftiges und Feines aus der Schloßküche Selikum – Rheinischer Landwirtschafts-Verlag, Tel. (0228) 5200644, 143 Seiten, 10,10 Euro. 99 alte und neue rheinische Rezepte stellt dieses Kochbuch mit Spiralbindung vor. Für jeden Anlass ist etwas dabei, beispielsweise Gemüseterrine, Kasseler auf Zwiebel-Apfelgemüse, sommerlicher Eiersalat, Eierlikörcreme mit Himbeeren oder Birnenschnitten. Die Anleitungen sind sehr übersichtlich gegliedert und bestehen aus Zutaten, die leicht zu beschaffen sind. Zu vielen Rezepten gibt es nützliche Hinweise zum Zubereiten und Abwandeln.

Durch die Jahreszeiten mit Landfrauenrezepten – vom Kreislandfrauenverband Stade, 12,50 Euro plus 1,50 Euro Porto und Verpackung, 288 Seiten, ISBN 3-933996-23-6. Das Kochbuch ist zu bestellen unter E-Mail kochbuch@kreislandfrauen-stade.de, Tel. (04762) 8129.

Über 350 Rezeptideen präsentieren die Landfrauen in diesem Kochbuch. Die Anleitungen sind nach Jahreszeiten gegliedert. Beispielsweise werden im Frühling Erdbeerlasange und Spargeltaschen empfohlen, im Sommer ein Brokkolicocktail und Heidelbeerstreuselkuchen sowie für den Herbst Kartoffel-Kürbis-Salat und Apfel-Zwiebelquiche. Im Winter tischen die Landfrauen Geschnetzeltes mit Sojasprossen, Bratäpfel und 35 Plätzchen, Kuchen und Torten auf. Die Anleitungen sind übersichtlich gegliedert, die Zutaten in einem gut sortierten Vorrat vorhanden. Deshalb lockt das Buch zum nachzumachen. 60 Farbfotos stellen einige Gerichte vor.

Kochen und Backen mit Happy End – Kochbuch für Ungeübte

Kochen und Backen kann jeder lernen und es geht schneller, als man denkt. Das zeigen die Landfrauen aus dem niedersächsischen Stade mit ihrer neuen Broschüre „Kochen und Backen mit Happy End“. Diese Broschüre liefert Grundrezepte, Grundmengen und Garzeiten sowie zahlreiche Tipps und Tricks für Kochanfänger. Frische Salate, Dips und Milchshakes und ein paar „Überlebensrezepte“ gehören dazu.

Das 28-seitige DIN-A5-Heft ist für 3,50 Euro plus Porto zu bestellen bei Anke Tiemann, Tel. (04762) 8129, E-Mail: kochbuch@kreislandfrauen-stade.de