

Gemüse

Artischocken (ganz)	20	2	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Blumenkohl (Röschen)	6	1	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Bohnen (grün)	3	2	mind. 1 dl
Dörrbohnen	15	2	knapp mit Wasser bedecken
Fenchel (geviertelt)	8	2	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Kabis (Weisskohl halbiert)	20	1	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Karotten (Stäbchen)	4	2	mind. 1 dl
Kastanien / Marroni	6	1	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Kohlraben (in Scheiben)	6	2	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Krautstiel (in Stücken)	3	2	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Lauch in Rädchen (Porree)	3	2	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Maiskolben	7	2	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Randen (rote Bete)	35	2	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Rosenkohl	4	2	mind. 1 dl
Rotkraut (Rotkohl)	15	2	mind. 2 dl
Sauerkraut roh	25	2	mind. 2 dl
Sellerieknolle (Stäbchen)	3	1	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl
Spargeln (weiss)	8	1	bis zum Siebeinsatz, mind. 1 dl

Fleisch

Kalbfleischbraten	30	2	mind. 1 dl
Kalbfleischhaxe in Scheiben	30	2	mind. 1 dl
Kalbsgeschnetzeltes	15	2	mind. 1 dl
Kalbsvoessen (Gulasch)	20	2	mind. 1 dl
Rindfleischbraten / Siedfleisch	45	2	mind. 1 dl
Rindfleischvögel (Rouladen)	15	2	mind. 1 dl
Rindfleischgeschnetzeltes	15	2	mind. 1 dl
Rinds-Schmorplätzli / Gehacktes	15	2	mind. 1 dl
Rindsvoessen (Gulasch)	25	2	mind. 1 dl
Schweinefleischbraten	35	2	mind. 1 dl
Schweinsgeschnetzeltes	13	2	mind. 1 dl
Schweinsvoessen (Gulasch)	25	2	mind. 1 dl
Schweinsrippli (Kasseler)	20	2	mind. 1 dl
Speck geräuchert / gesalzen	25	2	ganz mit Wasser bedecken

Lamm

Lammbraten	30	2	mind. 1 dl
Lammvoessen (Gulasch)	25	2	mind. 1 dl

Hähnchen / Poulet

Huhn ganz	15	2	mind. 1 dl
Pouletschenkel	15	2	mind. 1 dl

Wild

Wildpfeffer / Ragout	20	2	mind. 1 dl
Wildgeschnetzeltes	15	2	mind. 1 dl

Ganzer Fisch

z.B. Dorade (im stapelbaren

Dämpfeinsatz)	18	1	mind. 1 dl
---------------	----	---	------------

Beilagen

Kartoffeln: langsam abdampfen (Frühkartoffeln haben eine bis zu einem Drittel kürzere Garzeit)

«Gschwellti» Pellkartoffeln klein	8	2	mit Siebeinsatz, mind. 2 dl.
«Gschwellti» Pellkartoffeln gross	12	2	mit Siebeinsatz, mind. 2 dl
Salzkartoffeln geviertelt	5	2	mit Siebeinsatz, mind. 2 dl

Getreide: Mengenangaben z.B. 1 : 2 = 1 Tasse Reis, 2 Tassen Wasser

Mais grob (Bramata)	20	1	1 : 4
Reis (parboiled)	7	2	1 : 2
Risottoreis (Carnaroli)	7	1	1 : 3
Vollkornreis (uneingeweicht)	30	2	1 : 2
Wildreis Mix	7	2	1 : 2

Getrocknete Hülsenfrüchte

Über Nacht oder 12 Stunden eingeweicht. Bei nicht eingeweichten verlängert sich die Kochzeit um etwa einen Drittel. Hülsenfrüchte immer erst nach dem Kochen salzen, sonst verlängert sich die Kochzeit. Mengenangaben z.B. 1 : 3 = 3 x mehr Wasser als Gargut

Kichererbsen	7	1	1 : 3
Linsen, grüne, braune	7	1	1 : 3
Borlotti-Bohnen	12	1	1 : 3
Bretagne-Bohnen	12	1	1 : 3
Cannellini-Bohnen	12	1	1 : 3
Flageolet-Bohnen	12	1	1 : 3
Kidney-Bohnen	10	1	1 : 3
Mungo-Bohnen	12	1	1 : 3
Schwarze Bohnen	12	1	1 : 3
Soisson-Bohnen	12	1	1 : 3
Weisse Perlbohnen	12	1	1 : 3
Erbsen, gelbe, grüne	10	1	1 : 3 nicht einweichen