

Rüben, rote 64, 125.
— weiße 64.
Rührei 97.

S.

Sahne 48.
Sahne mit Obst 55.
Sahnensauce 128.
Salate 125.
Salatsauce, einfache 127.
— französische 127.
Salz 82.
Salzgurken 67.
Sandherzen 94.
Sandwich 94.
Saucen 128.
Sauerkraut 65, 131.
Schleime 114.
Schokolade 80.
Schokoladenpudding 122.
Schokoladen-Karamellen 124.
Schokoladentorte 118.
Schokoladenkonfekt 124.
Schrotbrot 24.
Schwarzwurzelbratling 97.
Sellerie 65, 131.
Selleriesuppe 112.
Senf 83.
Sonnengebackenes Brot 88.
Spaghetti mit Tomaten 107.
Spamutta 104.
Spargeln 130.
Spargelsuppe 112.
Speisezettel 147—157.
Spiegeleier 53.
Spinat 64, 131.
Spinatsalat 126.
Spirituosen 81.
Stachelbeeren 61.
Steckrüben 64.
Sterilisieren 39.
Sultana 104.
Suppen 109, 110, 111.
Symposium 102.

T.

Taharani 103.
Tee 79, 132.
Teekuchen 120.

Tomaten 65, 131.
— gefüllte 105.
Tomatenbratling 96.
Tomatencatsup 129.
Tomatensalat 125.
Tomatensauce 128, 129.
Tomatensuppe 110, 111.
Trauben 57.
Traubensaft 80.

U.

Überernährung 10.
Urana 103.

V.

Vegetarismus 34, 35.
Veilchenwurzel 83.
Vollweizenbrot 24.

W.

Wallnuß 71.
Wechsel 3.
Wein 80.
Weisheitskaffee 135.
Weißbrot, salzgetriebenes 89
Weizen 22.
Weizen, eingeweichter 43.
Weizenflocken 43, 92.
Weizengericht, einfaches 91.
— orientalisches 91.
Weizenpräparate 88.
Weizenschleim 114.
Weizensemmeln 92.

Z.

Zitronen 58.
Zitronen, gebackene 58.
Zitronen mit Salz 58.
Zitronenkuchen 115.
Zucker 83.
Zuckerwaren 123.
Zusammensetzung d. Speisen 30, 33.
Zwetschgen 59.
Zwetschgenpudding 121.
Zwieback 93.
Zwiebackmehlkuchen 116.
Zwiebel 63.
Zwiebelgericht 132.
Zwiebelsyrup 63.