

Inhaltsverzeichnis

Über dieses Buch.....	9
Plafötsch Alm in den Dolomiten.....	11
Geschichte der Plafötsch Alm	14
Wanderung nach Plafötsch	16
Menü 1: Auf Plafötsch	19
Bandnudeln mit Gorgonzolasauce	19
Tafelspitz	21
Süße Spiegeleier	24
Menü 2: Unter den Vajolet-Türmen	27
Tausendflockensuppe.....	27
Kalbsschnitzel in Zwiebelsoße	28
Tiramisù.....	30
Menü 3: Aufstieg zur Söllnspitz.....	33
Hauspizza.....	33
Schweinsschopf	35
Palatschinken mit Topfencreme.....	38
Menü 4: Wanderung zum Tschafon.....	41
Spaghetti mit Tomatensoße	41
Ossobuco	43
Obstsalat.....	47

Menü 5: Zur Kölner Hütte	49
Käseknödel in Butter	49
Plafötsch Schnitzel.....	50
Kaiserschmarrn.....	53
Menü 6: Auf dem Hirzeisteig.....	55
Zucchinicremesuppe	55
Grillfleisch	56
Rosas versunkener Apfelkuchen	59
Menü 7: Wanderung zur Wolfsgrube	63
Katoffelnocken in Salbeibutter	63
Hähnchen mit Karotten und Reis	64
Bucheln	67
Menü 8: Ins Tschamintal.....	71
Gemüsestrudel	71
Schweinsbraten	73
Buchweizenroulade	77
Menü 9: Steig zur Grasleitenhütte.....	81
Spinatomelette	81
Wanderschnitzel.....	82
Laurinsschmaus	84
Menü 10: Zum Tierser Alpl.....	87
Gerstensuppe	87
Surfleisch mit Sauerkraut und Speckknödel.....	88
Apfelstrudel	92

Menü 11: Durch die Bärenfalle	95
Penne in Brandyssoße.....	95
Rindsgulasch.....	96
Orangensalat	100
Rosas Vanille-Geheimnisse	102
Vanillesoße	102
Rosas selbstgemachter Vanillezucker	103
Rosas Marmeladenrezepte	105
Preiselbeermarmelade	105
Orangen Marmelade	106
Berg-Nektar	108
Fichten Frühstücks-Nektar	108
Löwenzahn Frühstücks-Nektar	109
Kräuter Tees selber sammeln.....	110
Plafötschs hausgemachte Säfte.....	111
Holunderblütensaft, kalt angestellt	111
Minzsaft, kalt angestellt	112
Himbeersaft.....	113
Schnäpse für den Hausgebrauch	114
Enzianschnaps	114
Latschenschnaps	115
Himbeerschnaps.....	116