

Inhalt

- Deshalb kochen wir heute lieber vegan 6
- Tipps für deinen Vorratsschrank 8
- Unser Highlight auf dem Buffet 53
- Überraschenderweise nicht vegan 78
- Vegane Ernährung ist immer gesund – oder doch nicht? 114
- Wir lieben Pilze! 121
- Vegan backen – 3 Tipps aus unserer Konditorei 128

REZEPTE

Klassiker

ab 16

REZEPTE-SPECIAL

Antipasti- Menü

44-52

REZEPTE

Kindheits- erinnerungen

ab 54

REZEPTE-SPECIAL

Sommer- Menü

80-85

REZEPTE

Fernweh

ab 86

REZEPTE-SPECIAL

Winter- Menü

118-125

REZEPTE

Coffee Table

ab 126

Rezept-Register 152

Hinweise und Abkürzungen 153

Zutaten-Register 154

Dank 156

Team 158