

## Die Theorie

- 4 Süßes trotz Allergie und Neurodermitis – Allergieauslöser Milch
- 5 Vorsicht Milcheiweiß!
- 6 Allergien und Unverträglichkeiten – Allergie-Cocktail Hühnerei
- 7 Versteckte Allergene
- 8 Gute Alternativen zu Kuhmilch und Ei
- 10 Empfehlenswerte Mehle
- 11 Weitere feine Backzutaten

## Die Rezepte

- 12 Knabbereien für zwischendurch: Süße Snacks mit Sesam und Kokos
- 22 Kuchen und Kleingebäck: Nicht nur für Kinder das Größte
- 32 Fruchtig und saftig: Kugeln, Kuchen und feine Törtchen
- 46 Pikante Bäckereien und Brot: Das Richtige für kräftigen Genuss
- 55 Backen für besondere Anlässe: Rund um traditionelle Feste

## Extra

- 62 Impressum
- 63 Register
- **64 Die 10 GU- Erfolgstipps  
mit der Geling-Garantie  
für Backen ohne Milch und Ei**