

*Hier findest du alles
auf einen Blick!*

UNTER DER WOCHE

- 10 Ein typischer Morgen**
- 24 Mittagsjieper**
- 38 Energiespender**

COMFORT FOOD

- 54 Auch mal nur für mich**
- 68 Zusammen abendessen**
- 102 Gemütlicher Abend mit Freundinnen**

WOCHENENDE

126 Morgens brunchen

148 Nachmittags – Kaffeezeit

162 Gemeinsam genießen

178 VORBEREITUNGEN

184 LIEBLINGSZUTATEN

186 REZEPTREGISTER

188 IMPRESSUM