

*Hier findest du alles
auf einen Blick!*

UNTER DER WOCHE

- 10** **Ein typischer Morgen**
- 24** **Mittagsjeeper**
- 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