

## **Einführung**

1. **Die Westcoast**  
The Alchemist aus L. A. über die Geschichte des Westcoast-Grases
2. **Quesadilla mit knusprigem Käse**
3. **Das Zentrum**
4. **Anderer Leute Gras. Plus Abziehen und andere Trickereien**

**Profitipp: Wie man Gras versteckt**

5. **Der Beziehungskiller**
6. **Lester**
7. **Mamas Cheesecake mit Kruste und selbst gemachtem Kompott**

**Selbst gemachtes Kompott**

8. **Der himmlische Ursprung von Gras**
9. **Alleine high werden**
10. **Bananenpudding**
11. **Fast Food**

## **GESCHMOLZENER KÄSE**

12. **Grilled Cheese**
13. **Ei-Käse-Brötchen**
14. **Gute selbst gemachte Burger**
15. **Papi Dog**
16. **Frico Popcorn**
17. **Überbackene Ziti**
18. **Jamaikanische Hacksteaks mit Käse**
19. **Ofenbrötchen mit Käse und Guavenpaste**
20. **Der Strand und andere ideale Orte zum Grasrauchen**
21. **Gefrorene Raisinets und 3 Musketeers**
22. **Gras essen und einen ganzen Tag verlieren**  
**Profitipp: Mit einer French Press aktiviertes Öl zum Kochen herstellen**
23. **Dinge, die ich getan habe, als ich richtig, richtig high war**
24. **Highdeen = Ideen, die man hat,**

wenn man high ist, und dann ist es wie mit dem Blitzdings aus *Men in Black*.

25. **Saure Süßigkeiten**
26. **Rubén Blades**
27. **Sex und Gras**
28. **Aufstehen und ziehen**  
**Morning Shake**  
**Wagyu A5 Steak**
29. **Andere Ausdrücke für Stoned**  
**Beyond Belief**
30. **Fünf Lebensmittel, die in einem Buch über Gras nicht fehlen dürfen**
31. **Der perfekt Blunt**
32. **Wie ich einen perfekten Dutch rolle**
33. **Der Resinator**
34. **Chicago spielen**
35. **Fünf Lebensmittel, die in einem Buch über Gras nicht fehlen dürfen**
36. **Gebratener Reis**  
**Noch sechs Lebensmittel, die definitiv in mein Buch über Gras müssen**
37. **Schawarma**
38. **Koreanisches Barbecue**
39. **Slush Puppies**
40. **Galaktobourekó**
41. **Zeppoles**
42. **Teriyaki Burger**
43. **Capri-Sun und String Cheese**
44. **Stoned in der Schule**

## **FRITTIERTE SACHEN**

45. **Frittierte Ravioli**
46. **Leftover Ravioli-Frittata**
47. **Frittierte Pizza**
48. **Salchipapas**
49. **Papas Argentinas**
50. **Gebratener Käse, gebratene Salami und Tostones mit Aji**
51. **Kiffen und rumcruisen**
52. **Ice-Pops**
53. **Spinatauflauf**

- 54. Husten, um draufzukommen
- 55. Win Sons Eiscreme-Sandwiches  
  
Das perfekte Win-Son-Sandwich
- 56. Seshen
- 57. Sport und Spiel  
Andere tolle Sachen, die man machen kann, wenn man high ist
- 58. Graffiti sprühen, zeichnen, malen oder kritzeln
- 59. Töpfern auf der Töpferscheibe
- 60. Ikebana lernen, die japanische Kunst des Blumenarrangierens
- 61. Ein Aromabad nehmen
- 62. Gutes Gras  
Mein Neues-Gras-Glossar
- 63. Den Schamanen finden
- 64. Die Bedeutung von schlechtem Gras
- 65. Haschisch  
Wie ich einen Dab presse  
Richtig dabben in vier Bildern  
Profitipp: das Rigg putzen
- 66. Gemüse aus dem Feuer  
Muslimisches Lammkotelett
- 67. The »Wook« Look Book
- 68. Passionsfrucht
- 69. Tätowierungen

## SEHR BERAUSCHENDE DINGE

- 70. Gefundene Federn und polierte Steine
- 71. Sukkulenten
- 72. Trockenblumen
- 73. Keramik und Steingut
- 74. Textilien von Ureinwohnern
- 75. Palo Santo und anderes Schwemholz
- 76. Muscheln und andere einst lebende Kreaturen
- 77. Wetter: ein Gewitterregen, Wind, ein Regenbogen. Nebel ist berauschend wie die Hölle.
- 78. Himmelskörper

- 79. Honig mit Wabe
- 80. Meersalz aus diversen Ozeanen, Gewürze von einem Kräutersammler
- 81. Selbst gemachte scharfe Soßen mit Chiliöl
- 82. Arepas mit gegrilltem Mais, Queso Oaxaca (Oaxaca-Käse), eingelegten roten Zwiebeln und saurer Sahne  
Eingelegte rote Zwiebeln
- 83. Guter Tee  
Richtig Tee trinken
- 84. Wirklich gutes Olivenöl
- 85. Milchreis mit Orangenblütenwasser, Amaretti und Kakao-Nibs
- 86. Messer
- 87. Exotische Erzeugnisse
- 88. Heilige Geometrie & andere berauschende Symbole
- 89. Alte Psychedelic-Musik aus fremden Ländern
- 90. Kristalle
- 91. Magie
- 92. Natürlich vergorener Essig mit Essigmutter und andere vergorene Sachen
- 93. Pilze  
Psychedelischer Salat
- 94. Brot  
Nonnas Brot  
Pindjur  
Salat aus zerdrückten Gurken
- 95. Zeug auf dem Bildschirm  
Mein zugehörnter Wunschzettel

## SPIELE

- 96. Zum Ausmalen
- 97. Suchbild
- 98. Wortsuche
- 99. Unnützes Wissen
- 100. Papier zum Bekritzeln  
Danksagung  
Register