

SUPERCHECKER ab Seite 8

Knusprige Kartoffeln dank Natron? **Seite 10**

Paprika: aus Grün mach Rot? **Seite 20**

Knoblauch im Schraubglas schälen? **Seite 30**

Dämpfen im Wok? **Seite 51** Duschhaube

statt Frischhaltefolie? **Seite 54** Zitronensaft

gegen rostige Messer? **Seite 57** Reiskörner

statt Spülbürste? **Seite 59**

SUPEREFFIZIENT ab Seite 62

Anti-Einkaufslisten statt Verschwen-

dung? **Seite 66** Nudeln gegen Schimmel?

Seite 76 Bügelbrett zum Büffet? **Seite 78**

Pizza aus der Pfanne? **Seite 85** Maler-

krepp in der Küche? **Seite 89** Spaghetti in

der Torte? **Seite 94** Schichtsalat im Glas?

Seite 95 Socken gegen Sauerei? **Seite 103**

SUPERGESCHICKT ab Seite 106

Lederschuh als Korkenzieher? **Seite 108**

Marmelade als Pannenhilfe? **Seite 118**

Pistazien in der Knoblauchpresse?

Seite 136 Muffins statt Kuchen? **Seite 138**

Kleiderbügel als Küchenwaage? **Seite 140**

Cannelloni nach Spritzbeuteltechnik?

Seite 146 Strohhalme in der Ketchup-
flasche? **Seite 156**

SUPERNÜTZLICH ab Seite 160

Tomaten aus der Salatschleuder? **Seite 162**

Zitronenkerne als Gelierhilfe? **Seite 168**

Eis aus der Kartoffelpresse? **Seite 175**

Korken an die Tüte? **Seite 185** Plastik-

flaschen als Trichter? **Seite 192** Konser-
vendosen im Zeitschriftenmagazin?

Seite 195

STICHWORTVER- ZEICHNIS ab Seite 200