

**6**      **Vorwort**

**9**      **Über mich**

**12**     **Kauftratgeber für Airfryer**

**14**     **Das ultimative Airfryer-FAQ**

**20**     **Wichtiges Airfryer-Zubehör**

**24**     **Wichtige Zutaten für den Airfryer**

**26**     **Airfryer Dos und Don'ts**

**28**     **Kreuzkontamination im Airfryer**

**30**     **Woher weiß ich, wann mein Essen  
gar ist?**

**34**     **Legende**

**SONNELL & ABWECHSLUNGS-  
REICH 70**

**FAKEAWAYS  
116**

**EVERYDAY  
ESSENTIALS 36**

**SONNELLE BROTE**  
**184**

**VORSPEISEN, BEILAGEN &  
SNACKS 156**

<b>244</b>	<b>Register</b>
<b>252</b>	<b>Über die Autorin</b>
<b>254</b>	<b>Danksagung</b>

**SÜSSES**  
**204**