

Kapitel 1. Vorher und Nachher .....	7
Kapitel 2. Gefährliche Liebschaften.....	15
Kapitel 3. Das Wasser des Lebens.....	23
Kapitel 4. Alles essen und trotzdem abnehmen.....	31
Kapitel 5. Süßes während der Diät.....	39
Kapitel 6. Tischlein deck dich. Essen und schlank bleiben .....	47
Kapitel 7. Das haben Sie jetzt davon! .....	55