

# *Inhalt*

<i>Vorwort</i>	<i>4</i>
----------------	----------

## *Die Rezepte*

<i>Vorspeisen &amp; kleine Gerichte</i>	<i>6</i>
<i>Brotzeit</i>	<i>20</i>
<i>Salate</i>	<i>30</i>
<i>Suppen</i>	<i>42</i>
<i>Hauptgerichte</i>	<i>60</i>
<i>Desserts</i>	<i>160</i>
<i>Grundrezepte</i>	<i>180</i>

## *Die Geschichten*

<i>Die Bösen schlemmen - die Guten schlingen</i>	<i>8</i>
<i>Der Smeller</i>	<i>22</i>
<i>Inspiration und Kochen</i>	<i>44</i>
<i>Viele Köche verderben den Brei</i>	<i>62</i>
<i>Das Märchen vom fetten König</i>	<i>86</i>
<i>Teestunde</i>	<i>160</i>
<i>Rinftln</i>	<i>176</i>
<i>Register</i>	<i>186</i>
<i>Über den Autor &amp; das Fototeam</i>	<i>188</i>
<i>Dank</i>	<i>190</i>
<i>Impressum</i>	<i>191</i>