

# INHALT

	Vorwort 9
	Ouvertüre 15
KAPITEL 1	<i>Vive l'Amérique</i> : Der Anfang... Ich wiege zu viel 27
KAPITEL 2	<i>La Fille Prodigieuse</i> : Die Rückkehr der verlorenen Tochter 31
KAPITEL 3	Der Beginn der Umorientierung: Die ersten drei Monate 44
KAPITEL 4	Die Geschichten der drei C.s 65
ENTR'ACTE	<i>Manger bien et juste</i> – gut und richtig essen 81
KAPITEL 5	<i>Il faut des rites</i> 84
KAPITEL 6	Jahreszeitlich gewürzt 90
KAPITEL 7	Weitere Rezepte, die Sie an der Nase herumführen 135
KAPITEL 8	Flüssigkeitshaushalt 168
KAPITEL 9	Brot und Schokolade 196
KAPITEL 10	Sich bewegen wie eine Französin 219
KAPITEL 11	Stadien des Verlangens 240
KAPITEL 12	Lebensstufen 247
KAPITEL 13	Der Plan fürs Leben 269