

INHALT

| | |
|------------|--|
| | Vorwort 9 |
| | Ouvertüre 15 |
| KAPITEL 1 | <i>Vive l'Amérique</i> : Der Anfang... |
| | Ich wiege zu viel 27 |
| KAPITEL 2 | <i>La Fille Prodigue</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 |