

Inhalt

Vorwort 3

Ratgeber 4

Die Rezepte

Suppen

Gesunde und wärmende Seelentröster 6

Kleine Gerichte

Herzhaftes für zwischendurch 14

Kartoffelgerichte

Klöße, Puffer und mehr ... 22

Fischgerichte

Klassisches aus dem Meer 34

Fleischgerichte

Deftiges und Feines für jeden Tag 40

Mehlspeisen

Süße Lieblingsgerichte zum Sattessen 64

Register 80