

INHALT

EINLEITUNG

Seite 6

**SÜSSE MUG CAKES -
VERFÜHRERISCH
FRUCHTIG**

Seite 12

**SÜSSE MUG CAKES
MIT SCHOKOLADE &
NUSS**

Seite 40

**SÜSSE MUG CAKES
FÜR JEDEN TAG**

Seite 68

**PIKANTE MUG CAKES -
VEGETARISCH**

Seite 88

PIKANTE MUG CAKES Seite 128
MIT FISCH & FLEISCH

MUG MEALS - Seite 162
TOLLE SNACKS

MUG MEALS - Seite 182
LECKERE SATTMACHER

TOPPINGS - Seite 216
SÜSS & PIKANT

REGISTER

Seite 238