

INHALT

**Brotbacken~keine
Angst vor großen Brot
Seite 12**

**Süßwaren~die süße
Rettung vor dem Fest
Seite 19**

**Teigwaren~
Nudeln besser als es das
Gesetz erlaubt**

Seite 24

**Milchprodukte~
alles Käse**

Seite 33

**Fleisch~nur
nicht gepökelt**

Seite 43

**Fisch~mit
und ohne Rauch**

Seite 50

**Eingemachtes Süßes~
»naturrein« in Gläsern**

Seite 58

**Eingemachtes Saures~
Sauerkohl tut nicht nur
dem Seemann wohl**

Seite 66

Aus Saft mach' Wein

Seite 78

**Schnäpse~nicht
brennen sondern
kräutern**

Seite 89

**Eis mit ein
bißchen Schweiß**
Seite 99

Register
Seite 106