

EINTÖPFE & SUPPEN	S. 8	GULASCH & RAGOUT	S. 34	ONE-POT-PASTA	S. 52
----------------------	------	---------------------	-------	---------------	-------

DIE BESTEN PARTYREZEPTE	S. 66	FEINE SUPPEN	S. 86	AUS DEM OFEN	S. 100
----------------------------	-------	--------------	-------	--------------	--------

KORN FÜR KORN	S. 112	PFANNENGERICHTE	S. 124	GUTES AUS DEM TONTOPF	S. 144
---------------	--------	-----------------	--------	--------------------------	--------

CURRYS & CHILIS	S. 150	ALLES VOM BLECH	S. 160	KARTOFFEL-GERICHTE	S. 168
-----------------	--------	-----------------	--------	--------------------	--------

SELBST GEKOCHTE FONDS	S. 84
-----------------------	-------

RAFFINIERTE EXTRAS	S. 98
--------------------	-------

REZEPTE VON A BIS Z	S. 188
---------------------	--------

KALTSCHALEN	S. 180
-------------	--------