

Inhalt

Vorwort 9

Einleitung 13

Kapitel 1 Vorlieben und Abneigungen 41
und ein Exkurs über *Rote Beete* 89

Kapitel 2 Erinnerungen 93
und ein Exkurs über *Milch* 132

Kapitel 3 Essen für Kinder 135
und ein Exkurs über *Geburtstagskuchen* 177

Kapitel 4 Füttern und Ernähren 179
und ein Exkurs über die *Lunchbox* 220

Kapitel 5 Brüder und Schwestern 223
und ein Exkurs über *Schokolade* 261

Kapitel 6 Hunger 265
und ein Exkurs über *Frühstücksflocken* 306

Kapitel 7 Essstörungen 309
und ein Exkurs über *Chips* 355

Kapitel 8 Veränderungen 359
und ein Exkurs über *Chili* 409

Nachwort Das soll kein Ratgeber sein 411

Weiterführende Literatur 419

Bibliografie 421

Dank 447

Anmerkungen 451