

Inhalt

- 4 MeinWW™**
Hier erhältst du Infos zum neuen WW Programm, zu den 3 Plänen, SmartPoints® und ZeroPoint™ Foods.
- 6 Janas Erfolgsgeschichte**
Erfahrt mehr über Janas Weg mit WW. Sie hat dieses Kochbuch für euch getestet und gibt euch im Buch viele wertvolle Tipps.
- 8 Naschen erlaubt**
Bewusster backen mit weniger Zucker und weniger Fett.
- 10 Kuchen & Torten**
Von herrlich cremig bis fruchtig süß laden diese Rezepte zum Genießen ein.
- 44 Kekse, Kächlein & Muffins**
Bei diesen kleinen Nascheinheiten ist für jeden etwas dabei.
- 76 Brötchen, Pizza, Strudel & Co.**
Den herzhaften Backgenuss garantieren unsere deftigen Ofenklassiker.
- 106 Register**
Alle Rezepte übersichtlich alphabetisch sortiert inklusive SmartPoints Werten sowie Register nach Zutaten und Stichworten.
- 112 Impressum**