

Gemüse + Salz + Idee	Die Küchen-Glücksformel	8
6–29	40 supersimple Gemüserezepte	10
 Deine Küche	Die Wiederentdeckung eines unbekannten Kontinents	32
30–75	Mit leichtem Gepäck	34
	Vom Umgang mit dem Messer	36
	Schneiden, braten, kochen & Co: 30 Rezepte nach Zubereitungs-Methoden	32
	It's a kind of magic	46
	Wie aus einem guten Gericht eine Attraktion wird	58
	Würzpasten, Öle & Butter, Knusper & Knack	62
	Augenblick und erster Eindruck: schöner Anrichten in 9 Schritten	72
	Kleiner Gastfreundschafts- Leitfaden und Checkliste	74
 Einfach kochen	Tipps für die entspannte Kocherei	78
76–185	Der große Rezeptteil	82
 Leftover & Zugabe	Klar Schiff! Die Küche aufräumen	188
186–223	Aufwerten statt verwerten	192
	Leftover-Rezepte	196
	Heute bleibt die Küche kalt	216
	Pimp my Lieferservice	222
	Rezeptregister	224