

Inhalt

<i>Vom glücklichen Fleischesser zum glücklichen Veganer.....</i>	<i>5</i>
<i>Zutatenliste.....</i>	<i>12</i>
<i>Die pflanzlichen Drinks.....</i>	<i>15</i>
<i>Haferkekse/Mandel-Knäckebrot</i>	<i>19</i>
<i>Zurück zum Ursprung „die Gallets”</i>	<i>21</i>
<i>Rezept für Galettes</i>	<i>23</i>
<i>Palatschinkenteig</i>	<i>25</i>
<i>Pura Vida „Das Original”</i>	<i>27</i>
<i>Palatschinke „de luxe”</i>	<i>29</i>
<i>Palatschinke „Rustikal”</i>	<i>31</i>
<i>Palatschinke „Bretagne”</i>	<i>33</i>
<i>Palatschinke „Glutenfrei de luxe”</i>	<i>35</i>
<i>Palatschinke „Pura Vida Hanfteig”</i>	<i>37</i>
<i>Berglinsen Pfannkuchenteig.....</i>	<i>39</i>
<i>Die leeeeeeckeeeren Marmeladen</i>	<i>43</i>
<i>Uromas Marmelade.....</i>	<i>45</i>
<i>Marmelade-Kombinationen</i>	<i>47</i>
<i>Marmelade aus der Natur</i>	<i>51</i>
<i>Crêpes Susuzette-Marmelade.....</i>	<i>52</i>
<i>Holunderbeeren-Marmelade</i>	<i>53</i>
<i>Löwnzahn-Marmelade</i>	<i>55</i>
<i>Gänseblümchen-Marmelade</i>	<i>57</i>
<i>Verführerische Sirups.....</i>	<i>59</i>
<i>Ideen für herzhaftes Palatschinken-Füllungen.....</i>	<i>63</i>