

Bevor es losgeht	7
Küchenausstattung	13
Im Vorratsschrank	19
Ein ausgewogenes Frühstück	23
Suppenhelden	41
Da haben wir den Salat	57
Pasta la Vista	73
Fischers Fritze	93
Fleisch auf die Rippen	113
Grünzeug	133
Süßes Finale	151
Wenn Gäste kommen	169
Register	186
Danksagung	190