

INHALT

Vorwort	8
Einführung	10
Herkunftsorte der Speisen	12
Zutatenübersicht	14
Frühstück	17
<i>Mandelcroissants</i>	19
<i>Heldenlied:</i> <i>Mandelcroissants</i>	20
<i>Dodo-Omelett</i>	23
<i>Bauernfrühstück</i>	25
<i>La Noscea-Toast</i>	27
<i>Zitronenwaffel</i>	29
<i>Proteinreiche Suppe</i>	31
<i>Fernöstliches Frühstück</i>	33
<i>Eier Royal</i>	35
<i>Lachs-Muffins</i>	37
<i>Pilzomelett</i>	39
Vorspeisen	41
<i>Krabbenkroketten</i>	43
<i>Verteufelte Eier</i>	45
<i>Pilz-Miqo'Kebab</i>	47
<i>Futomaki-Rolle</i>	49
<i>Getrocknetes Jhammel-Fleisch</i>	53
<i>Fleisch-Miqo'Kebab</i>	55
<i>Toffelsalat</i>	57
<i>Korb voller Brotschnitten</i>	58
<i>Steppensalat</i>	61
<i>Thunfisch-Miqo'Kebab</i>	63
Brote	65
<i>Speckzopf</i>	66
<i>Maisbrot</i>	69
<i>Honigmuffins</i>	71
<i>Quiche Ishgarder Art</i>	73
<i>Ritterbrot</i>	75
<i>Walnussbrot</i>	77

Suppen und Eintöpfe	79	Desserts	145
Bouillabaisse	81	Apfelstrudel	147
Cawl Cennin	83	Käseauflauf	149
Gulasch	85	Chocobo-Kuchen	153
Linsen-Maronen-Eintopf	87	Kaffeekekse	157
Misosuppe mit Tofu	89	Dango	159
Oden	91	Kupo-Nüsse	161
Orobon-Gulasch	93	Papanasi	163
Himmelsstadt-Eintopf	95	Prinzesschenpudding	165
Hauptgerichte	97	Rolanbeeren-Käsekuchen	167
Banh Xeo	99	Sesamkekse	169
Fisch im Teigmantel	101	Getränke	171
Boscaiola	103	Purpur-Apfelsaft	173
Cremelachs-Spaghetti	105	Domanischer Tee	174
Okeanis-Schnitzel	107	Sahne-Espresso	175
Mullpastete	109	Super-Elixier	176
Gebratener Mahi-Mahi	111	Heiße Schokolade	177
Pizza	113	Ishgarder Tee	178
Kakuni	117	Limonade	179
Edler Rostbraten	119	Matcha-Tee	180
Sternenlichtdodo	121	Glühtee	181
Gefüllte Kohlrouladen	123	Pixiebeeren-Tee	183
Fallensteller-Quiche	125	Warmwein	185
Beilagen	127	Gigatrank	187
Hinganische Eierspeise	129	Nahrungsmittelinformationen	188
Käserisotto	131	Über die Autorin	190
Patlican Imam Bayildi	133	Danksagung	190
Toffelfbrei	135		
Champignonsauté	137		
Ockertoffel-Gratin	139		
Ratatouille	141		
Sautierter Spinat	143		