

# INHALT

**VORWORT LEHA**

**SEITE 7**

**GRÜßWORT PETA**

**SEITE 9**

**WARUM VEGAN?**

**SEITE 10**

**ANHANG / WISSEN**

**SEITE 200**

**REGISTER**

**SEITE 202**

**IMPRESSUM**

**SEITE 206**

**SORTIMENT / PARTNER**

**SEITE 207**

**SEITE 16**

**SEITE 38**

**SEITE 56**

**SEITE 100**

**SEITE 140**

**SEITE 168**

**SEITE 180**

**1. FRÜHSTÜCK**

**2. FRÜHSTÜCK**

**MITTAGESSEN**

**NACHMITTAG**

**ABENDESSEN**

**SMOOTHIES & CO.**

**KINDERLEICHT**