

INHALT

Herzlich willkommen! ...	7
Die Wiederentdeckung der Langsamkeit ...	9
Das gute Leben in der Küche ...	11
Mehr Nachhaltigkeit in der Küche –	
Meine 10 besten Tipps ...	12

Rezepte

Gutes auf Vorrat! ...	15
Frühling auf dem Land ...	47
Rezepte aus der Sommerküche ...	77
Herbstzeit in der Küche ...	103
Der Duft der Winterzeit ...	133
Ideen zum Selbermachen ...	157

Anhang

Register ...	180
Danksagung ...	184
Zur Autorin ...	184