

06 SALAT & GEMÜSE -  
ABER SCHNELL

20 FAST FOOD -  
NOCH SCHNELLER

32 PRONTO PASTA,  
PIZZA, NUDELN

46 SCHNELLER  
MITTAGSTELLER

- 04 DIE AUTORIN
- 05 CAPRESE-GNOCCHI
- 35 COVERREZEPT
- 60 REGISTER, ABKÜRZUNGSVERZEICHNIS
- 62 IMPRESSUM, LESERSERVICE, GARANTIE