

# Inhalt

<b>DIE KÜCHE FÜR ALLE TAGE</b>	<b>6</b>
18 Beilagen, Suppen und kleine Gerichte	
38 Hauptgerichte	
50 Auf die Schnelle	
<b>WAS DIE SAISON BIETET</b>	<b>6 2</b>
64 Frühling	
80 Sommer	
94 Herbst	
104 Winter	
<b>FESTTAGSGERICHTE</b>	<b>1 1 6</b>
118 Neujahr	
130 Mädchenfest und Knabenfest	
142 Persönliche Festtage	
<b>KINDHEITSERINNERUNGEN</b>	<b>1 6 0</b>
162 Bento	
172 Yoshoku – fremde Einflüsse	
188 Verzeichnis der Rezepte	
190 Glossar	