

Inhalt

Vorwort 6 · Vegan – gibt's da ein Problem? 8

Ausprobiert und für gut befunden 10 · Grundrezepte 13

Wichtige Adressen und weiterführende Literatur 160 · Rezeptverzeichnis 160

Die Autorin 161

Frühlings-
menüs
16

Sommer-
menüs
50

Herbst-
menüs
86

Winter-
menüs
126