

Inhalt

EINLEITUNG	6
Veggie-Küche: am besten saisonal und regional	7
Mehr Geld, weniger Emissionen	7
Bunte Vielfalt – vegetarische Ernährungsweisen	8
Die Sache mit dem Lab ...	8
Veggie trotz Familie – jetzt geht's los	9
AUS VERSEHEN VEGETARISCH	10
FLEISCHKLASSIKER OHNE FLEISCH	60
KINDERHITS AUF VEGETARISCH	104
REZEPTVERZEICHNIS	142
ÜBER DIE AUTORIN	144
HINWEISE ZUM BUCH	144