

Vorwort *S. 4*

COMFORT FOOD
KOCHEN MIT CHIPS *S. 22*

FITNESS *S. 64*

ENTERTAINING *S. 96*

SIEHT SCHEISSE AUS,
SCHMECKT ABER GUT *S. 126*

MICHI EXPRESS /
SCHNELLE KÜCHE *S. 42*

SÜSSES *S. 152*

Rezeptregister *S. 188*
Impressum *S. 192*