

LASSEN WIR UNS NICHT DIE WURST VOM BROT NEHMEN

ÜBER DIE ZUKUNFT DES
METZGER- UND BÄCKERHANDWERKS

01

ÜBER DIE ZUKUNFT DES
METZGER- UND BÄCKERHANDWERKS
14-23

DIE REGIONALKÜCHE
IM NORDEN
26-47

DIE REGIONALKÜCHE
IM OSTEN
80-95



MEHR ALS EINE STEIFE BRISE

KOMPASS NORDEN

IN HÜLLE UND FÜLLE

KOMPASS OSTEN

03

NORDEN

OSTEN

BUTTER BEI DIE FISCHE

REZEPTE AUS DEM NORDEN DEUTSCHLANDS

RAN AN DIE BULETTEN

REZEPTE AUS DEM OSTEN DEUTSCHLANDS

REZEPTE AUS DEM
NORDEN DEUTSCHLANDS
48-79

REZEPTE AUS DEM
OSTEN DEUTSCHLANDS
96-125

DIE REGIONALKÜCHE
IM SÜDEN
126-139

DIE REGIONALKÜCHE
IM WESTEN
170-183

04

05

ALLES
ANDERE
ALS
FLACH

KOMPASS SÜDEN

MIT
LEIB
UND
SEELE

KOMPASS WESTEN

SÜDEN

WESTEN

LUSCHD
AUF SPÄTZLE?

REZEPTE AUS DEM SÜDEN DEUTSCHLANDS

REZEPTE AUS DEM
SÜDEN DEUTSCHLANDS
140-169

ESSEN
IST FERTIG!

REZEPTE AUS DEM WESTEN DEUTSCHLANDS

REZEPTE AUS DEM
WESTEN DEUTSCHLANDS
184-215