

Inhalt

Mutausbruch: Warum tauschen wir Wohnung gegen Campervan?	9
Minimale Küche für maximalen Geschmack	15
Gesund kochen ohne viel Aufwand	27
Meine Vorräte und Einkaufsliste	31
Nachhaltig und bewusst unterwegs	33
BESSER ALS GEKAUFT	39
FRÜHSTÜCK	61
HERZHAFTES UNTER 30 MINUTEN	91
AUS DEM OFEN	123
FEIERABENDREZEPTE	147
DESSERTS	181
DIPS UND SAUCEN	205
Rezeptverzeichnis	220