

# GESUND GENIESSSEN VEGETARISCH ESSEN

B a r b a r a      R i a s - B u c h e r

F o t o g r a f i e r t  
v o n   C h r i s t i a n   v o n   A l v e n s l e b e n  
u n d   M a d s   M a d s e n

SILVA

8	Vorwort
10	Vorspeisen
24	Salate
46	Suppen
66	Kleine Gerichte
90	Hauptgerichte
138	Beilagen
154	Süßes
174	Rezeptregister
176	Sachregister

