

Barbara Forster

rezepte
für



keiner-liebt.
mich-tage

Wie Sie Ihre gute Laune
wiederfinden

Kösel

159.31

inhalt

Kurz vorweg	9
1 Bestandsaufnahme	15
Ein Blick in die Speisekammer	
2 Die Gefühlssuppe.	27
Ui, was schwimmt denn da herum...	
3 Bye bye commander	43
Abschied vom kritischen Chefkoch	
4 Schluss mit einsam	65
Tagesmenüs für die Freizeit	

5	Loslassen	87
	Ideale Zutat, nicht immer leicht zu kriegen	
6	Dankbarkeit	99
	Ein kulinarisches Highlight	
7	Seelenbalsam	113
	Trostrezepte bei Liebeskummer	
8	Gut gewürzt	131
	Mit Humor schmeckt alles besser	
	Mein Dank	141
	Über die Autorin	144