

# LOVE YOUR LUNCHBOX

JAMES RAMSDEN

101 Rezepte für die Mittagspause

CHRISTIAN



# INHALT

---

..... Vorwort	06	..... Kapitel 5: Herzerwärmend	88
..... Kapitel 1: Reste vom Wochenende	10	..... Kapitel 6: Sommerliches Mittagessen	106
..... Kapitel 2: Supernudeln	30	..... Kapitel 7: Sandwiches	124
..... Kapitel 3: Alles auf Toast	48	..... Kapitel 8: Spartanisch	142
..... Kapitel 4: Gestern Abendessen – heute Mittagessen	66	..... Kapitel 9: Zweites Frühstück und Nachmittagssnack	160
..... Pochiertes Huhn	68	..... Tugendhaft	162
..... Gebackene Aubergine	72	..... Opulent	168
..... Reis	76	..... Süß	174
..... Gebackene Süßkartoffeln	80	..... Kapitel 10: Das Arsenal für Ihr Mittagessen	184
..... Gekochte neue Kartoffeln	84		
		Register	201
		Danksagung	207