

Inhalt

Das Bergische Land	4
Die Landfrauen	8
Die Rezepte	10
Der Klassiker	12
 <i>Bräuche im Jahreslauf</i>	
Frühling	25
Karneval	44
Palmsonntag	48
Ostern	50
Pfingsten	56
Sommer	61
Ernte	64
Schützenfest	82
Kräuterweihe	84
Herbst	99
Schlachttag	100
St. Martin	112
Winter	135
Weihnachten	146
Silvester und Neujahr	152

<i>Die guten Ideen</i>	
Milch	30
Kräuter	34
Eier	50
Brot	67
Holunder	86
Honig	90
Liköre	92
Sellerie	115
Kartoffeln	117
Pilze	128
Wild	130
Hering	143
Die Adressen	156
Der Dank	157
Das Verzeichnis	158