

Inhalt

Vorwort	9
Reif von der Insel	13
Wonneproppen deluxe	22
Lecker, Schmecker, Bauernfänger	30
Alles Gute zum Wiegenfest	40
110 Prozent Körperfett	47
Deutschland geht am Stock	57
Gastrophobie	61
Der Eifelkoch	70
Ägypt's doch gar nicht	77
Pause	88
Trauring, aber wahr	92
Leerkörper	105
Fetten Respect	112
Erotische Nutzfläche	123
Der Eifelhandwerker	131
Darf's ein bisschen mehr sein?	138
Alle Klarheiten beseitigt	143
Nachschlag	148
Danksagung	154