

# Inhaltsverzeichnis

Geleitwort von Reinhold Vöth, Intendant des Bayerischen Rundfunks	7
Rund ums Kuchenbacken	9
Hokuspokus und Aberglauben (oder auch nicht)	24
Lukullisches aus der Weihnachtsstube	46
Winterliche Gerichte zum Gesund- und Warmwerden	64
Hochprozentiges für Leib und Magen	79
Gar nicht alltägliche Alltagsküche	97
Heilkräuter – Wirkung und Wunderglauben	114
Küchenkräuter, die kaum einer kennt	130
Lukullisches aus der Osterküche	144
Festliches Gebäck	158
Ratschläge für Hochzeiten	172
Sommerliches aus Wald und Garten	192
Anhang: Rezepte, Kräuterzauber, Wunderglauben	208
Unser Leibgericht	208
Köstliche Überlieferungen – eine Auswahl der besten Kochrezepte	211
Vom Guten das Beste – eine Auswahl der besten Kuchenrezepte	225
Ein paar gute Geister aus der Flasche	235
Kräuterzauber, Küchen- und Heilkräuter, Gewürze	237
Wunderglaube	241
Die Autoren	247
Register	249