

Inhalt

Vorwort.....	3
--------------	---

Frühstücksadressen

Typisch Ruhrgebiet	5
Für anspruchsvolle Genießer	7
Für jeden Tag	9
Für Langschläfer	16
Für Nachtschwärmer.....	19
Für Nichtraucher	21
Auf die Schnelle	23

Wochenend-Frühstück-Special

Brunch & Buffet.....	25
Im Freien.....	35
Im Freien/Picknickplätze.....	39

Frühstück & Brunch zu Hause

Tipps.....	40
Rezepte	44
Index.....	77
Impressum	80