



INHALTSVERZEICHNIS

<u>Über mich</u>	2
<u>Das perfekte Verhältnis</u>	4
<u>Meal Prep</u>	5
<u>Pink Panther Hirse Bowl</u>	9
<u>Bohnenreis Kürbis Bowl</u>	11
<u>Haferreis Mangold Bowl</u>	13
<u>Bunte Mais Quinoa Bowl</u>	15
<u>Avocado Buchweizen Bowl</u>	17
<u>Quinoa Linsen Bowl</u>	19
<u>Kühlende Hirse Gurken Bowl</u>	21
<u>Thunfisch Reis Bowl</u>	23
<u>Rapunzel Hirse Bowl</u>	25
<u>Pink Pasta Pauli Bowl</u>	27
Bonus:	
<u>Beauty Spinat Salat</u>	28
<u>Coaching</u>	29
<u>Kontakt</u>	30