

hält und für interessant empfunden hat, weiß jetzt, was ich meine. Du öffnest deine Augen und bist dir gar nicht mal mehr so sicher, ob du noch Mensch oder schon Kater geworden bist.

Es gibt sie halt einfach, diese Tage, an denen so gut wie gar nichts mehr geht. Die Birne dröhnt, dicke Klüsen, der Magen spielt verrückt, und an Gleichgewicht ist auch nicht richtig zu denken. Wenn es so schlimm ist, dann bleib lieber einfach liegen.

Wenn du allerdings „nur“ mit einem flauen Magen, etwas Kopfschmerzen und Müdigkeit davongekommen bist, dann werden dich die Rezepte aus diesem Buch katapultartig nach vorne bringen. Denn jeder kennt es, nach dem Erwachen kommt erst unersättlicher Durst und danach HUNGER!

Aber es spielt im Grunde auch gar keine Rolle, warum es einem im Moment nicht so gut geht. Ob Erkältung, Kater oder Liebeskummer...

manchmal braucht man einfach gutes Essen (und vielleicht eine extra Portion Käse), und die Welt sieht schon wieder besser aus.

Ich habe das Buch dabei in vier verschiedene Kapitel unterteilt. Angefangen mit Gerichten, für die man hauptsächlich den Toaster benötigt, und Suppen, wenn man doch noch nicht wieder so richtig in der Lage ist zu kauen, aber seinen Flüssigkeitshaushalt und den Magen wieder einigermaßen aufbauen möchte, bis hin zu deftigen Schweinereien. Zu guter Letzt folgt dann noch ein Kapitel, mit dem man seinem Körper wieder etwas Gutes tun möchte. Etwas für Herz und Seele. Ein Kapitel voller bunter, gesunder Rezepte.



Rezepte

Wenn der Toaster reichen muss

Der Rotwein fließt immer noch durch deine Adern, und du weißt nicht so richtig, wie du gerade an deinem Herd klarkommen sollst. Das macht aber nichts, denn im ersten Kapitel des Katerkochbuchs geht es hauptsächlich um Gerichte, die dein Toaster für dich zubereitet. Oder zumindest um Gerichte, die mit Toast gemacht werden, wir wollen deinem Magen ja erstmal