

Essen & Geniessen nach den vier Elementen

- Was weckt die Leidenschaft des temperamentvollen Feuertyps?
- Womit verführe ich den bodenständigen Erdtyp?
- Kann der hyperaktive Lufttyp überhaupt geniessen?
- Wann stimmt es kulinarisch für den sensiblen Wassertyp?
- Eine Charakterisierung der vier Elemente und ihrer kulinarischen Vorlieben Anregungen für das körperlich-seelische Gleichgewicht.

Ein kulinarischer Ratgeber für die zwölf Sternzeichen

- In welchem Ambiente fühlen sich die zwölf Sternzeichen wohl?
- Was schmeckt den zwölf Sternzeichen?
- Gesprächsstoff mit den zwölf Sternzeichen
- Wenn die Liebe durch den Magen geht: Flirt-Tipps für die zwölf Sternzeichen
- Die Kochkünste der zwölf Sternzeichen
- Dresscode und Geschenktipp für die zwölf Sternzeichen
- Kleiner Knigge für die zwölf Sternzeichen
- Auswärts essen mit den zwölf Sternzeichen: Die Wahl des richtigen Lokals

Astro-Test

- Welcher Esstyp bin ich?
- Bin ich ein typischer Vertreter meines Sternzeichens, oder tanze ich aus der Reihe?

Mit dem Astro-Test wird klar, welches der vier Elemente Ihr Ernährungsverhalten bestimmt.

Himmlische Rezepte

- Rezepte, die dem Charakter jedes Sternzeichens entsprechen