

Rolf Becker · Vorwort	6
Flora und Rudi Neumann	10
Peggy Parnass	14
Günther Schwarberg	16
Barbara Hüsing	20
Peter Gingold	24
Elsa-Anna Werner	26
Steffi Wittenberg	32
Für Steffi.	33
Mia von Barga	38
Doro Drawe	40
Helga Obens	44
Barbara Nittrich	48
Lothar Zieske	50
Renate Voss	52
Martin Jacobsen.	54
Rolf Becker	58
Paul Linden	60
Gisela und Michael Himmels, meine Nachbarn	62
Tosca, meine Schwester.	66
Mein Sohn Joram	69
Meine Tochter Edna	73
Meine Schwiegertochter Bettina	79
Mein Enkel Anton	81
Mein Enkel Jonathan	83
Mein Cousin Manfred Schweizer	86
Helga Grosser, meine angeheiratete Cousine	88
Nissim	90

Paprikaschoten gefüllt mit Quinoa	94	Auberginensalat (Salat Chazilim)	112
Gefüllte Fisch	96	Kohlrouladen	114
Bouletten	98	Borreccas (Blätterteigtaschen)	116
Hühnerfrikasse/Hühnersuppe	100	Djuvedge (Gemüse-Eintopf, optional mit Fleisch). .118	
Tafelspitz mit Meerrettich	102	Eingemachte Salzgurken	120
Estherkeulen	104	Gulasch	122
Bohneneintopf (Fijones)	106	Salat Rot Grün Weiß	124
Gehackte Leber	108	Knoblauch-Garnelen mit Okraschoten.	126
Schmorbraten	110		
Wir haben gekocht	128		
Nachtrag	132		