

Émilie Laraison

BUDDHA BOWLS *express*



riva

100 fantastische
und einfache
Gerichte, die
glücklich machen

INHALT

INTERNATIONALE BOWLS *6*

LEICHTE BOWLS *36*

GESUNDE BOWLS *66*

SCHLEMMER-BOWLS *88*

ENERGIE-BOWLS *128*

BOWLS FÜR KINDER *152*

ANHANG *186*