

Hier fließt die Liebe

Gerichte

- Mezze, Starter, Dips **21**
- Salate **83**
- Reisgerichte **103**
- Schmorgerichte **125**
- Fleisch und Fisch **153**
- »Torshi« – Eingelegtes Gemüse **169**
- Desserts **181**
- Drinks **199**

Gastfreundschaft

- Reich gedeckte Tafel: »Sofreh« **16**
- Persischer Abendgenuss **177**
- All-Time-Favorites: Unsere persönlichen Lieblinge **212**

Geschichten

- Das sind wir: Sahar und Forough **7**
- Dr & Dr: Middle Eastern Culture and Food Lab **11**
- Teheran, unsere Heimat **47**
- Rudbar, die Stadt der Oliven **69**
- Unsere Kindheit im Iran **89**
- Rasht, die Genusshochburg **139**
- Frau. Leben. Freiheit. – Zan. Zendegi. Azadî. **214**