

Inhalt

Einführung 5

TAWLE – DER GEDECKTE TISCH

Die Kunst der Kombination 26

KAPITEL EINS

Der Weg zum leckersten Bissen: Dips & Saucen 29

KAPITEL ZWEI

Was wir vor dem Essen essen: Mezze, Dips & Aufstriche 41

KAPITEL DREI

Aus dem Garten: Sulta Salate, Gemüse und Dolmas 71

KAPITEL VIER

Köstliche Kohlenhydrate:

Brot, Getreide und Hülsenfrüchte 119

KAPITEL FÜNF

Essen am Stiel: Kebabs & Co. 167

KAPITEL SECHS

Sie essen kein Fleisch?!

Das ist okay, ich mache Lamm.

Fleisch, Geflügel, Fisch & Meeresfrüchte 191

KAPITEL SIEBEN

Warum sind wir alle laktoseintolerant?

Käse & Co. 229

KAPITEL ACHT

Das süße Ende: Desserts 243

Register 266

Danksagung 271