

Inhalt	
Einführung .....	7
Auf der Suche nach	
dem Parfum – Grasse .....	9
La fougassette – Orangenbrot aus Grasse .....	13
Gipfel der Individualisten – Mont Ventoux.....	15
Velouté de potiron aux truffes – Kürbissuppe mit Trüffeln ..	20
Wie Gott in Frankreich – das Essen in der Provence .....	21
Ratatouille – provenzalischer Gemüseeintopf .....	27
Crème brûlée au safran .....	28
Der Playboy und das Sexsymbol – Sommer in Saint-Tropez ..	29
Sorbet tropézienne – Champagnersorbet .....	33
Im Rausch der Farben – die Ockerfelsen von	
Roussillon und Rustrel .....	34
Tapenade – eine Olivenpaste.....	39
Von Streiterei und Freudenfesten – Avignon .....	40
Papeton d'aubergines – eine Auberginen-Terrine aus	
Avignon .....	44
Auf dem Weg ins Licht – van Gogh in der Provence .....	46
Fleurs de courgettes – gefüllte Zucchini Blüten.....	51
Die Blüte der Provence – vom guten Leben in	
Vaison-la-Romaine .....	53
Salade de pois chiches avec des tomates –	
Kichererbsen-Tomaten-Salat .....	56
Bon marché? – Die Märkte der Provence .....	57
Dorade grillé provençale – gegrillte Dorade nach	
provenzalischer Art .....	62
Wildleben mit Mücke – die Camargue .....	63
Bœuf Gardiane – Rinderschmortopf aus der Camargue.....	68
Der Schädel und das Horoskop – die Geschichte	
des Nostradamus .....	69
Vin d'orange – Orangenwein .....	75
Ein Märchen mit traurigem Ende – Marseille .....	76
Bouillabaisse – Fischsuppe aus Marseille .....	82

Ein rauschendes Fest – die Zeit der Lavendelblüte .....	85
Truffes d'orange – Orangentrüffel .....	89
Felsen, Dichter und geheimnisvolle Höhlen – von Marseille nach Toulon.....	90
Poulet à Bandol – Hähnchen Bandol.....	95
Die Herde des Geryon – Besuch in Les Baux .....	96
Gâteau à la lavande – Lavendelkuchen .....	100
Traumstraßen an der Côte d'Azur – die Corniches .....	101
Salade niçoise .....	105
Berg der Blitze – die Naturwunder des Parc National de Mercantour.....	106
Legumes des jardins de Provence – Gemüse aus den Gärten der Provence .....	110
Vom Mut, den Apfel zu essen – eine Kinderrechtlerin in der Provence .....	112
Biscuits aux fleurs de lavande – Lavendelblütenplätzchen.....	117
Wasser Marsch! – Von der Baukunst der Aquädukte .....	118
Aïoli .....	122
Am Zenit des Glamours – die Filmfestspiele von Cannes .....	123
Îles flottantes – schwimmende Inseln .....	128
Der Grand Canyon von Europa – les Gorges du Verdon .....	129
Quiche provençale.....	134
Vom Siegeszug der Liebeslieder – die Troubadoure .....	135
Soupe aux fèves de Marseille – Bohnensuppe aus Marseille .....	139
Heilkräfte und Blütenpracht – die Gärten von Salagon .....	140
Pistou – provenzalische Kräuterpaste.....	143
Nietzsche, Kakteen und Luxushotels – Èze .....	144
Confiture de melon – Melonenmarmelade .....	148
Begegnung mit der Belle Époque – das Hotel Negresco .....	149
Pissaladière – Zwiebelkuchen aus Nizza .....	154

Eine spektakuläre Sichtung – UFOs über der Provence! .....	156
Nougat provençale .....	160
Die Prinzessin und die Millionäre – Ausflug nach Monaco ..	162
Barbajuan – Teigtaschen aus Monaco .....	167
Bücher, Verse und Platanen – drei Freunde aus	
Aix-en-Provence .....	168
Calissons d'Aix – ein Konfekt aus Aix-en-Provence .....	173
Auf dem Weg in die Zukunft – ITER .....	174
Les crevettes à Pernod – Garnelen in Pernod .....	180
Der schreiende Baum – vom Lied der Zikaden .....	181
Gigot d'agneau en croûte de sel –	
Lammkeule in der Salzkruste .....	185
Summer of Seventy-One – Exile on Côte d'Azur .....	187
Loup de mer provençale – Seewolf nach	
provenzalischer Art .....	192
Explosion der Farben – Künstler im Licht der Provence .....	193
Clafouits de cerise – Kirsch-Auflauf .....	197
Das letzte Wort .....	198
Danksagung .....	199
Karte .....	200
Bilder .....	201