

Inhalt

Liebe Leserin, lieber Leser!	7
Hinweise zum Gebrauch	8
Anmerkungen zu den Rezepten	10
Zeichenerklärung	13
 Afrika	 15
Marokko	16
Ägypten	22
Äthiopien	28
Ghana	33
Tansania	38
Madagaskar	42
 Asien	 49
Türkei	50
Syrien	55
Iran	60
China	65
Korea	72
Japan	76
Indien	83
Sri Lanka	90
Thailand	96
Vietnam	102
Indonesien	106

Lateinamerika	113
Mexiko	114
Brasilien	118
Argentinien	122
Europa	127
Finnland	128
Russland	132
Großbritannien	137
Deutschland	142
Frankreich	147
Österreich	153
Ungarn	158
Spanien	163
Italien	168
Griechenland	174
Die Autorin	180
Glossar	181
Rezeptverzeichnis	190