

INHALT

**Vorwort:
Warum kochen?**

9

**Kapitel I
Feuer
Geschöpfe der Flamme**

35

**Kapitel II
Wasser
Ein Rezept in sieben Schritten**

143

**Kapitel III
Luft
Die Schule eines Amateurbäckers**

233

**Kapitel IV
Erde
Das kalte Feuer der Gärung**

331

Nachwort
»Handgeschmack«
459

Anhang I
Vier Rezepte
473

Anhang II
Eine kurze Liste von Büchern über das Kochen
495

Ausgewählte Quellen
499

Danksagung
518