

<b>Wichtige Hinweise</b>	4	<b>Spezialitäten aus Beijing</b>	36	<b>Querbeet – chinesisches Gemüse</b>	78
<b>Inhalt</b>	5	<b>Teehäuser und Pekingoper</b>	38	<b>Idyllisches Wasserland</b>	80
<b>Vorwort</b>	8	<b>Sonntags in Beijing</b>	42	<b>Schwarz, rot, weiß: chinesischer Reisessig</b>	82
		<b>Snacks auf Beijings Nachtmärkten</b>	44		
		<b>Leben in einem Pekinger Park</b>	46		
		<b>Die Große Mauer</b>	48		
<b>Einleitung</b> 10–15					
<b>Kulinarische Grundlagen</b> 10					
<b>Genuss mit Tradition:</b> chinesische Kochkultur 12					
<b>Beijing</b> 16–49					
<b>Spaziergang durch die Verbotene Stadt</b>		22	<b>Shandong</b> 50–69		
<b>Speisen wie der Kaiser von China</b>			24	<b>Luxus pur – Weingenuss in China</b> 58	
<b>Raffiniert bis rustikal – Beijings Küche</b>			26	<b>Staatsdoktrin Konfuzianismus</b> 60	
<b>Die Pekingente – ein Geschmacksfeuerwerk</b>			28	<b>Xiaolongbao – Kulturschatz im Bambuskorb</b> 96	
<b>Tischsitten in China</b>			30	<b>Streifzug durch die Gegenwart</b> 98	
<b>Teigtaschen – Genuss in Hülle und Fülle</b>			32	<b>Der Tag eines Shanghaier Arbeiters</b> 102	
<b>Hutongs – Beijings kleine Welten</b>			34	<b>Jiangsu</b> 70–83	
<b>Nanjing – Chinas »Südliche Hauptstadt«</b> 74					
<b>Unauffälliger Favorit – die Jiangsu-Küche</b> 76					
<b>Shanghai</b> 84–105					
<b>Inspiriert – die Küche Shanghais</b> 90					
<b>Shanghaier Köstlichkeiten</b> 92					
<b>Stippvisite in die Vergangenheit</b> 94					

<b>Anhui</b>	106—119	<b>Fujians süße Früchte</b>	152	<b>Hongkong</b>	192—219
Fremder Klassiker — die Küche Anhuis	110	<b>Wildes Wuyishan-Gebirge</b>	154	Die Küche — traditionell kosmopolitisch	198
Teatime — nicht nur mit Tee aus Qimen	112	<b>Wolkenohr und Samtfuß — chinesische Pilze</b>	156	<b>Hongkongs Genießerviertel</b>	202
Köstlichkeiten aus Anhui	114	<b>Bambus — der Allesköninger</b>	160	<b>Essgewohnheiten und -gelegenheiten</b>	206
Spezialitäten der Anhui-Küche	116			Nachtmarkt in der Temple Street	210
Chinesische Trinkspiele	118			Dem Glück auf die Sprünge helfen	212
		<b>Guangdong</b>	162—191	Frühlingsfest und Mondfest	214
		Raffiniert — die Küche Guangdongs	168	Außergewöhnliche Wohnzimmerrestaurants	218
<b>Zhejiang</b>	120—135	Spezialitäten aus Guangdong	170		
Paradies für Feinschmecker	126	Streifzug durch Guangdong	172		
Eine chinesische Hochzeit	128	Yum Cha und Dim Sum	174		
Hochzeitsrezepte	130	Duftendes kaiserliches Vergnügen: Jasmintee	178		
Silbernadeln und schwarze Drachen	132	Eine kleine Pilgerreise	180		
Spezialitäten aus Zhejiang	134	Buddhismus chinesischer Prägung	182		
		Eine Klasse für sich — die Chaozhou-Küche	184	<b>Macau</b>	220—237
		Herzhafte Hakka-Küche	186	Wechselhafte Zeiten — Macaus Vergangenheit	224
		Fleisch und Geflügel	188	Das kulinarische Erbe Macaus	226
		Exotisch — Früchte aus dem Süden Chinas	190	Streifzug durch die Markthalle	228
<b>Fujian</b>	136—161			Heiß begehrte — süß-scharfe Würste	230
Buddhas Versuchung — die Fujian-Küche	140			Portugal en Wok	232
Suppe — Seelentröster und Medizin	142			Macaus Süßigkeiten	234
Chinesischer Gaumenkitzel — die Saucen	144			Feste — Drachentanz und Ostereier	236
Die Inselstadt Xiamen	148				
Vegetarische Küche in China	150				

## **Yunnan** 238–257

**Yunnans kulinarische Vielfalt** 246

**Seidentzart – Reisnudeln** 248

**Pu-Erh-Tee** 249

**Bergvölker – die Yi und die Bai** 250

**Spezialitäten aus Yunnan** 254

**Xishuangbanna – Heimat der Dai** 256

## **Sichuan** 274–295

**Manche mögen's scharf – Sichuans Kuche** 280

**Die Heilkraft der Gewürze** 284

**Teehäuser – Spiegel der Gesellschaft** 288

**Eiweißreiches Allroundtalent – die Sojabohne** 290

**Keine Geschmacksfrage – Tofu** 292

**Pikant bis feurig-scharf: der Feuertopf** 294

## **Hunan** 258–273

**Schäfer geht's nicht – Hunans Küche** 262

**Shaoshan – in memoriam Mao** 264

**Aus der Not geboren – eingelegtes Gemüse** 266

**Spezialitäten aus Hunan** 268

**Reiskauf leicht gemacht** 270

**Lotos und Wasserkastanie** 272

## **Gansu** 296–309

**Nudeln, Rind und Lamm – Gansus Küche** 302

**Hui – chinesische Muslime** 304

**Kulturgut Nudel** 306

**Lanzhou-Lamian** 308

## **Xinjiang** 310–325

**Orientalisch mit chinesischem Einschlag** 318

**Die Seidenstraße** 322

## **Innere Mongolei** 326–339

**Joghurt und Feuertopf – Kost der Nomaden** 332

**Milch – Reis der Nomaden** 334

**Leben in der Jurte** 336

**Die fünf Mäuler des Nomadenlebens**

## **Heilongjiang** 340–361

**Die Küche Heilongjiangs** 348

**Wege zur Ausgeglichenheit – Yin und Yang** 350

**Das Bankett des Fliegenden Drachens** 354

**Laternenfeste – Lichter für das neue Jahr** 356

**Jiaozi – hausgemachte Teigtaschen** 358

**Nordchinas Liebling – der Kohl** 360

## **Anhang** 362

**Übersichtskarte** 362

**Glossar** 364

**Bibliografie** 366

**Danksagung** 368

**Rezeptregister alphabetisch** 370

**Sachregister** 372

**Bild- und Textnachweis** 379