

Wichtige Hinweise 4

Inhalt 5

Vorwort 8

Einleitung 10—15

Kulinarische Grundlagen 10

Genuss mit Tradition:
chinesische Kochkultur 12

Beijing 16—49

Spaziergang durch die Verbotene Stadt 22

Speisen wie der Kaiser von China 24

Raffiniert bis rustikal — Beijings Küche 26

Die Pekingente —
ein Geschmacksfeuerwerk 28

Tischsitten in China 30

Teigtaschen —
Genuss in Hülle und Fülle 32

Hutongs — Beijings kleine Welten 34

Spezialitäten aus Beijing 36

Teehäuser und Pekingoper 38

Sonntags in Beijing 42

Snacks auf Beijings Nachtmärkten 44

Leben in einem Peking Park 46

Die Große Mauer 48

Shandong 50—69

Luxus pur — Weingenuss in China 58

Staatsdoktrin Konfuzianismus 60

Ein Sonntag in Qingdao 62

Fische und Meeresfrüchte 66

Poetische Namen
für ungezählte Gänge 68

Jiangsu 70—83

Nanjing —
Chinas »Südliche Hauptstadt« 74

Unauffälliger Favorit —
die Jiangsu-Küche 76

Querbeet — chinesisches Gemüse 78

Idyllisches Wasserland 80

Schwarz, rot, weiß: chinesischer Reisessig
82

Shanghai 84—105

Inspiziert — die Küche Shanghais 90

Shanghaier Köstlichkeiten 92

Stippvisite in die Vergangenheit 94

Xiaolongbao —
Kulturschatz im Bambuskorb 96

Streifzug durch die Gegenwart 98

Der Tag eines Shanghaier Arbeiters 102

Anhui 106–119

Fremder Klassiker —
die Küche Anhuais 110

Teatime —
nicht nur mit Tee aus Qimen 112

Köstlichkeiten aus Anhui 114

Spezialitäten der Anhui-Küche 116

Chinesische Trinkspiele 118

Zhejiang 120–135

Paradies für Feinschmecker 126

Eine chinesische Hochzeit 128

Hochzeitsrezepte 130

Silbernadeln und schwarze Drachen 132

Spezialitäten aus Zhejiang 134

Fujian 136–161

Buddhas Versuchung —
die Fujian-Küche 140

Suppe — Seelentröster und Medizin 142

Chinesischer Gaumenkitzel —
die Saucen 144

Die Inselstadt Xiamen 148

Vegetarische Küche in China 150

Fujians süße Früchte 152

Wildes Wuyishan-Gebirge 154

Wolkenohr und Samtfuß —
chinesische Pilze 156

Bambus — der Alleskönner 160

Guangdong 162–191

Raffiniert — die Küche Guangdong's 168

Spezialitäten aus Guangdong 170

Streifzug durch Guangdong 172

Yum Cha und Dim Sum 174

Duftendes kaiserliches Vergnügen:
Jasmintee 178

Eine kleine Pilgerreise 180

Buddhismus chinesischer Prägung 182

Eine Klasse für sich —
die Chaozhou-Küche 184

Herzhafte Hakka-Küche 186

Fleisch und Geflügel 188

Exotisch — Früchte aus
dem Süden Chinas 190

Hongkong 192–219

Die Küche — traditionell
kosmopolitisch 198

Hongkongs Genießerviertel 202

*Essgewohnheiten
und -gelegenheiten* 206

Nachtmarkt in der Temple Street 210

Dem Glück auf die Sprünge helfen 212

Frühlingsfest und Mondfest 214

Außergewöhnliche
Wohnzimmerrestaurants 218

Macau 220–237

Wechselhafte Zeiten —
Macaus Vergangenheit 224

Das kulinarische Erbe Macaus 226

Streifzug durch die Markthalle 228

Heiß begehrt — süß-scharfe Würste 230

Portugal en Wok 232

Macaus Süßigkeiten 234

Feste — Drachentanz und Ostereier 236

Yunnan 238–257

- Yunnans kulinarische Vielfalt 246
- Seidenzart — Reismudeln 248
- Pu-Erh-Tee 249
- Bergvölker — die Yi und die Bai 250
- Spezialitäten aus Yunnan 254
- Xishuangbanna — Heimat der Dai 256

Hunan 258–273

- Schärfer 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

Sichuan 274–295

- Manche mögen's scharf — Sichuans Küche 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

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 338

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