

# INHALTSVERZEICHNIS

Seite 8	Warum Kreta?
Seite 10	Alte Steine
Seite 12	Aubergine gefüllt mit Blattspinat
Seite 15	Auberginenkroketten
Seite 17	Auf der Suche nach dem Mythos Kreta
Seite 22	Blattspinat auf Kreta-Art
Seite 23	Bohnenpüree
Seite 25	Bohnensuppe aus Samarias
Seite 27	Boureki aus Chania, Kreta
Seite 29	Brot ... Ψωμι
Seite 30	Dakos mit Blattspinat
Seite 32	Dakos mit Feta und Orangensaft
Seite 34	Ein kretisches Märchen "Die Schere"
Seite 36	Freiheit oder Tod !
Seite 38	Galaktobouriko aus Kreta
Seite 41	Gastrin ... eine Minoische Süßspeise
Seite 44	Joghurt-Dessert, mit den Zutaten aus Kreta
Seite 45	Kaltsounia Kritis
Seite 48	Kaninchen Kreta Art
Seite 50	Kaninchen Stifado a la Maria
Seite 52	Karotte statt Orange
Seite 55	Keftedes Kritis
Seite 57	Keftedes mit Myzithra
Seite 59	Koulourakia mit Olivenöl und Wein
Seite 61	Kreta Bauernsalat
Seite 63	Kretisches Briam
Seite 66	Kretisches Zander Stifado
Seite 68	Kriti mou

Seite 70	Lammkarree
Seite 73	Lammkeule
Seite 75	Lammtopf Phaistos
Seite 77	Myzithropitta
Seite 80	Olivenbrot, Eliopsomo
Seite 82	Olivenölbrot
Seite 83	Olivenölkuchen mit Walnüssen aus Kreta
Seite 85	Paximadi Orange
Seite 87	Paximadi
Seite 89	Petimezopitta
Seite 91	Pilz-Stifado
Seite 93	Pitta mit Hackfleisch
Seite 95	Rote Beete Salat
Seite 97	Scampi Saganaki
Seite 99	Selbstgemachter Filoteig
Seite 101	Sfakiotische Pitta
Seite 103	Spanakorizo mit Kefalotiri
Seite 105	Spinalonga
Seite 108	Spinat – Pitta
Seite 110	Tomatensoße
Seite 111	<i>... und sie träumen den Traum des Lebens immer noch am schönsten!</i>
Seite 116	Xerotiganes
Seite 118	Zucchinikroketten aus Kreta
Seite 119	Zucchini-Pitta aus Chania
Seite 120	Zweierlei Bohnen mit Kalbsfleisch
Seite 122	Über mich - Vita
Seite 125	Verlagswort und Buchprogramm