

# INHALTSVERZEICHNIS

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

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	<i>Spinalonga</i>
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