

Inhalt	
Einführung.....	7
Die Wüste der Farben – zwischen den größten Sandbergen der Welt	17
Rock Shandy – Namibias Nationalgetränk gegen den Durst	26
Allen Widernissen trotzend – Namibia kulinarisch	27
Mielie-Pap mit Chakalaka-Gemüse	38
Clash der Welten – deutsche Kolonialisten in Südwest	40
Biltong – gewürztes Trockenfleisch.....	49
Scharfe Würzsauce	51
Abgrund des Grauens – der Krieg gegen die Herero und die Nama	52
Rooibos-Punsch.....	63
Die deutscheste Stadt außerhalb Deutschlands – Swakopmund	64
Schwarzwälder Kirschtorte wie in Swakopmund	72
Begegnungen aus nächster Nähe – eine Bootstour in Walvis Bay.....	74
Speckkustern der Pfanne	82
Zuflucht im Canyon – zwei Geologen und der Kampf ums Dasein.....	84
Apfelkuchen wie in Solitaire.....	92
Im Sperrgebiet – Zacharias und der Schatz in der Wüste	93
Potjiekos mit Gulasch und Pilzen.....	101
Auf der Suche nach Extremen – Rekorde, Entdeckungen und der Weg zur Leistungsgrenze.....	103
Flussbarsch namibisch	111
Windhoek – Stadt der Gegensätze.....	113
Butternutkürbissuppe.....	121
Auf der Farm – von der Jagd und den Sorgen des Alltags....	123
Kudu-Schnitzel mit Rosinenreis und Gemüse.....	132

Von der Schule in die Wildnis – Leben in Namibia	134
Springbockmedaillons mit grünem Spargel	143
Gebackene Omaere.....	144
Die San – Menschen des Wissens und Besitzer des Schattens	145
Sosaties – Fleischspieße vom Grill	153
Maipi bittet um Regen – ein Besuch bei den Himba im Kaokoveld	155
Mielie-Pap mit Sauce	164
Streifzüge durch die Wildnis – der Etosha-Nationalpark	165
Etosha-Pfanne mit Amarula-Sauce	174
Im Reich des Wassers – ein Ausflug in den Caprivizipfel	176
Bobotie – ein Auflauf aus Hackfleisch und Gemüse	185
Faszination im Abendlicht – der Sundowner	187
Gin Tonic	191
Das letzte Wort	192
Danksagung	193
Karte	194
Bilder.....	195