

Inhalt

¡Hola - Bienvenidos! 7

Mexiko 11

- Mexikanische Küche 12
- Auf den Märkten Oaxacas 14
- Mezcal – die regionale Spezialität 18
- Mole – die komplexeste Sauce der Welt 19
 - Mole Poblano 20
 - Tortillas 22
 - Tacos al Pastor 25
- Tamales für die Maya in Yucatán 26
 - Tamales 28
- Birria 30
- Pozole Rojo 32
- Chiles en Nogada 34
- Quesadillas 36
- Chilaquiles 38
- Guacamole 40
- Pico de Gallo 41
- Elote mit Toppings 42

Peru 45

- Peruanische Küche 46
- Auf dem Mercado San Camillo in der weißen Stadt Arequipa 49
- Die Inka-Terrassen im Colca Canyon 51
- Ceviche – Fisch pur in Lima 52
 - Ceviche 54
 - Lomo Saltado 56
 - Ají de Gallina 58
 - Papas a la Huancaína 60
 - Chaufa 62
 - Causa 64
 - Rocoto Relleno 66
 - Arroz con Pato 68
 - Chupe de Camarones 70

- Tacú Tacú 72
- Tiradito 74
- Chicha Morada 75
- Picarones 76

Chile 79

- Chilenische Küche 80
- Bleib ein bisschen! 84
 - Empanada de Pino 86
 - Cazuela 88
 - Pastel de Choclo 90
 - Pebre 92
- Curanto in Chiloe – die Natur bittet zu Tisch 94
 - Curanto 96
 - Caldillo de Mariscos 98
 - Mote con Huesillos 100
 - Sopaipillas 102
 - Palta Reina 104

Bolivien 107

- Bolivianische Küche 108
- La Paz – Moderne und Tradition in 4000 Meter Höhe 110
- Salteñas 114
- Sanduiche de Chola 117
- Bunte Vielfalt 118
- Isla del Sol – von Copacabana zur Sonneninsel im Titicacasee 119
 - Silpancho 122
 - Sonso de Yuca 124
 - Sopa de Mani 126
 - Picante de Pollo 128
 - Cuñapé al Horno 130
 - Llajua 131
 - Buñuelos 132

Argentinien 135

- Argentinische Küche 136
 - Asado 140
 - Empanadas Mendocinas 142
 - Fainá 144
 - Chimichurri 146
 - Provoleta 148
 - Milanesa a Caballo 150
- Buenos Aires – kulinarisches aus dem Paris des Südens 152
 - Fugazza 156
 - Matambre 158
 - Locro 160
 - Alfajores 162

Kolumbien 165

- Kolumbianische Küche 166
- Carimañola 170
- Arepas 172
- Ein Streifzug durch Bogotá 174
 - Ajiaco 176
 - Bandeja Paisa 178
 - Sancocho de Pescado con Coco 180
 - Arroz con Mariscos 182
 - Aborrajados 184
- Plaza de Mercado La Perseverancia 186
 - Patacones 188
 - Papas Chorreadas 189

Buenos 191

- Brasilianische Küche 192
- Feijoada 198
- Moqueca Brasileira 200
- Morretes – portugiesische Schönheit im brasilianischen Regenwald 202
 - Pato No Tucupi 206
 - Pão de Queijo 208
- Acarajé 210
- Vatapá 212
- Galinhada Mineira 214
- Empadinhas de Palmito 216
- Canjica 218
- Quindim 219

Register 220

Über den Autor 222