

Inhalt

- 6 „Du solltest ein Kochbuch schreiben“
- 9 Danksagung
- 10 In the land of plenty – Indigene Ernährung in Nordamerika
- 17 Drinking down the Sun – der nordamerikanische Südwesten
- 22 Orangen-Kaktus-Salat
- 24 Piniensuppe der Apachen
- 26 Pozole
- 28 *Tourismus im Südwesten*
- 29 Bohneneintopf der Pueblo
- 30 Wildeintopf der Apachen
- 32 Hopi-Eintopf mit Maisknödeln
- 34 *Sunrise Ceremony*
- 35 Salbeibrot der Navajo
- 36 Frybread
- 38 Sonnenblumenbrot
- 39 Chili-Cornbread
- 40 *Lozen*
- 41 Süßes Cornbread
- 42 Pumpkin Bread
- 43 *The Pueblo Food Experience*
- 44 Pinienkekse der Navajo

- 46 Cota- und Pfefferminz-Tee
47 Fruchtsaft aus Kaktusfrüchten
- 48 Buffalo-Nations – die Plains und Prärien
52 Brunnenkressesuppe
53 Bisonsuppe mit Beeren
54 Pilzpfanne
56 Gemüseauflauf der Pawnee
58 *Tipi*
59 Forelle der Ponca
60 (Prärie)Hühnchen im Ofen
62 Geschmortes Bisonfleisch mit Gemüse
64 Bisonrippen mit Wojape
66 Gefüllter Kürbis der Hidatsa
68 *Klischee und Vorurteil*
69 Pemmikan
70 Maiskuchen mit Kirschen
71 *The Sioux Chef*
72 Erntekekse der Lakota
73 Zedern-Tee
74 Chokecherry-Tee
- 76 The Three Sisters – Subarktis & Waldland
81 Drei Schwestern Salat
82 Wildreissalat
84 Haselnusssuppe
86 Kürbissuppe
88 *Glasperlen und Pelzhandel*

89	Maisgemüse der Mohawk
90	Kartoffelbällchen der Chippewa
92	Beerengefüllter Fisch der Seneca
94	<i>Jagdrituale</i>
95	Quahog
96	Cranberry-Huhn aus dem Ofen
98	Ente mit Haselnüssen, Pilzen und Wildreis
100	<i>Die Legende von Thanksgiving</i>
101	Indian Pudding
102	Popcorn
103	Cranberry-Saft mit Ahornsirup
104	Erdbeersaft
106	<i>In the land of Corn Woman – der Südosten</i>
111	Salat aus Palmherzen
112	Sofkee
113	Pecan-Suppe der Cherokee
114	Erdnusssuppe
116	<i>Cahokia</i>
117	Süßkartoffel-Bisquits
118	Omelette mit wilden Zwiebeln
119	<i>Der Kolumbus-Effekt</i>
120	Käse-Spinatkuchen
122	Fisch mit Orangen und Weintrauben
124	Gefülltes Kaninchen der Seminole
125	<i>Grünmaisfest</i>
126	Cherokee-Succotash
128	Traubenklöße der Chickasaw

- 129 Pecannusskugeln
- 130 Passionskrauttee & Passionsfruchtsaft
- 132 Guests never leave hungry – die Nordwestküste & Kalifornien
- 138 Wildkräutersalat
- 140 Blaubeer-Salatsauce
- 141 Wet’suwet’en Cranberry-Sauce
- 142 *Lachs*
- 143 Lachssuppe
- 144 Suppe mit Meeresfrüchten
- 146 *Potlatch*
- 147 Lachseier der Suquamish
- 148 Shrimphappen
- 150 Lachsbällchen
- 152 *Eichelernte*
- 153 Eichel-Wildpfanne
- 154 Kaninchentopf
- 156 Bannock
- 157 *“Beedi Yalumina” – “Don’t Give Up!”*
- 159 Eichelbrot
- 160 Eichelkekse
- 162 Pochierte Erdbeeren
- 163 Brombeersaft/-sirup
- 164 Labrador-Tee
- 166 The short time of plenty – die Arktis
- 170 Winterfruchtsalat
- 172 Heißer Krabbendip

174	Clam-Chowder der Aleuten
176	<i>Die Inuit-Olympiade</i>
177	Kartoffel-Fischbällchen
179	Campfeuer-Forelle
180	Gänsebrust mit Speck
182	<i>Die letzten Jäger von Thule</i>
183	Mariniertes Kaninchen
184	Karibu aus dem Ofen
186	Elchfleisch mit Cranberries
188	<i>Zwei alte Frauen</i>
189	Walnussbrot
190	Akutaq
192	Beeren-Smoothie
193	Hagebuttentee
194	Literatur
198	Internetquellen
199	Bezugsadressen
201	Abbildungsnachweis/Textnachweis
202	Zu den Autor*innen