

INHALT

Zwischen Kochbuch und Weltliteratur	9
Kochen und Essen weltweit	11
Alles etwas anders	12
Extreme Genüsse international	15
Kochen brutal	21
Süß und international	23
Nudeln und Suppen in Asien	25
Döner – und ein bisschen Gyros	28
Eierkochen im Geysir und andere Varianten der Vulkanküche	30
Seltsamer Tourismus: die Hirsebreifahrt	31
Essen und Gesundheit	33
Besonders gesunde Lebensmittel?	34
Psychologisches	35
Geschmacksfragen	36
Allein im Dschungel der Ernährungslehren	37
Fakten, Fakten, Fakten	41
Anatomisches	42
Lebensmittel auf den Müll?	44
Pimp your Kitchen – Lifehacks für die Küche	47
Omas Küchentipps reloaded	48
Ganz besondere Werkzeuge	54
Zahlen und Rekorde	55
Gemüse, Kartoffeln und andere Riesendinger	56

Superfood und Luxusessen	58
Statistischer Großeinkauf	59
Die Speisekammer	61
Brot – Heimat in Scheiben	62
Eier – das Gelbe vom Ei	67
Eis – eiskalt und lecker	69
Fisch – Essen mit Flossen	73
Fleisch	75
BBQ	77
Garnele? Krabbe? Krebs?	80
Gemüse	81
Kartoffeln	83
Käse	88
Mais poppt	92
Muscheln	93
Nüsse	95
Obst	97
Öle und Fette	100
Pasta la vista, Baby!	101
Pilze, das Fleisch aus den Wäldern	102
Reis	108
Salat	110
Schokoträume	111
Vegan? Vegetarisch?	112
Zucker	113
Haltbarkeit – die »ewigen« Lebensmittel	114
Auch Wasser hat seinen Preis	116

Pimp your Meal! Gewürze & Co.	119
Salz	120
Gewürze und Kräuter	121
Schärfe – mild bis Hölle!	135
Ketchup	138
Auf der Getränkekarte.	139
Geschichte der Getränke	140
Kaffee	142
Tee	142
Milch und Milchprodukte	145
Coca-Cola	147
Energydrinks	148
Getränke alkoholisch – Bier, Wein & Co.	149
Lust am Essen	157
Lieblingsgerichte – die Klassiker	158
Prominente und ihre Lieblingsgerichte	160
Das Auswärtsessen und seine Geschichte	161
Gastmähler – ein Probierhappen	164
Gastronomie – oft oder nie?	165
Berühmte Köche gestern und heute	171
Fernsehköche	173
Sterneküche	176
Redewendungen rund ums Essen	177
Sprachwissen: Warum heißt mein Essen, wie es heißt? ...	180
Fast Food	183
McDonald's weltweit – die irrsten Burger	187
Hotdog	188

Das Frühstückskartell	189
Pizza	190
Zweifelhaftes Essen.	193
Verbotene Lebensmittel	194
Gesetze und Verbote rund ums Essen.	196
Giftige und gefährliche Lebensmittel.	198
E-Nummern, die Gefahr bedeuten könnten.	205
Warnung vor Gefahren an unerwarteter Stelle.	207
Nachwort	208