

GRIECHENLAND 6	Zitronen-Rosmarin-Kompott 13 Zucchini-Tomaten-Puffer mit Paprikadip 14 Überbackene Mini-Artischocken mit Schnittlauch-Ei-Dip 17 Geräucherter Auberginendip 18 Buntes Rührei mit Wildspargel, Tomaten und Frühlingszwiebeln 20
ALBANIEN 22	Geschmorte Spitzpaprika in Schmandsauce 30 Salziger Schmarrn mit Schafskäse 33 Sauer eingelegtes Gemüse 34
NORDMAZEDONIEN 36	Überbackene weiße Bohnen 45 Geröstetes süßes Maisbrot 46 Herzhaftes Paprikagelee mit Thymian 46
BULGARIEN 48	Kalte Gurken-Joghurt-Suppe mit Walnusskernen 57 Tomaten-Gurken-Salat mit Schafskäse 58 Herzhafter Käsestrudel 61
TÜRKEI 62	Nudeln mit Hackfleischsauce, Joghurt und brauner Gewürzbutter 72 Rote Linsensuppe mit Sesam 75 Karotten-Dill-Creme 76 Scharfe Paprikapaste 78
RUMÄNIEN 80	Heidelbeerkonfitüre mit Datteln und Quatre Épices 84 Fischsuppe mit Sauerkrautsaft und Brennnesseln 89 Gefüllte Maisbällchen auf Paprikakraut 90 Gegrillte Hackfleischröllchen mit Knoblauch-Sauerrahm-Dip 93
MOLDAU 94	Pflaumen-Tomaten-Ketchup 100 Krautrollen mit Kürbisfüllung 102 Eingelegte Bärlauchblütenknospen 105
UKRAINE 106	Herzhafte Buchweizengrütze mit Speck, Pilzen und Haselnüssen 114 Grüner Borschtsch 116 Süße gefüllte Teigtaschen mit Kirschen, Schmand und Honig 118
GEORGIEN 120	Auberginenröllchen mit Walnussfüllung und Granatapfel 130 Würziger Rinderschmortopf 133 Gefülltes Brot 134 Grüne Gewürzpaste mit Kartoffeln, Ziegenjoghurt und Wildkräutern 137 Teigtaschen mit Fleisch- oder Pilzfüllung 138
ASERBAIDSCHAN 140	Saurer Trinksirup mit Früchten 145 Selbst gemachter Dorfkäse mit Kräutern 148 Rotes Schaschlik mit Zwiebel-Granatapfel-Salat 151 Joghurtsuppe mit Kräutern 152
ARMENIEN 154	Gefüllte Weinblätter mit Maulbeer-Knoblauch-Sauce 163 Gemüseeintopf mit Bulgur und eingelegtem Kohl 164 Pilav mit Hibiskusblüten, Mandeln und Quitten 166
IRAN 168	Nudelsuppe mit Kräutern und Hülsenfrüchten 176 Hähnchen mit Walnuss-Tamarinden-Sauce 179 Süße Karottenkonfitüre mit Rosenwasser 180