

Inhalt

Vorwort	5	Gefüllte Brötchen	83	Tunesisches	
DIE ARMEN	9	Lockeres arabisches		Fladenbrot	113
		Fladenbrot	84	Taboulé	114
DIE NÄHRUNGSMITTEL		Festes arabisches		Gerste	115
DER ARMEN		Fladenbrot	85	Kascha	116
		Bulgur	86	Gebackener Kascha	117
DIE PALMEN	53	Kaltes Bulgur	86	Weicher Kascha mit	
Der Kokosbaum		Warmes Bulgur	87	Champignons	117
(Cocos nucifera)	53	Asink	88	Gerösteter Kascha	117
Der Karitébaum	57	Tibik	88	Couscous-Brot	118
Die Kakteen	58	Arahara	88	Rechta	118
DIE INSEKTEN	59	Taguella	89	Couscous	119
DIE ALGEN	63	Afghanische Kitchari	89	Der Reis	121
Salat aus Meeres-		Banik	90	Indischer Reis	122
algen	66	Mexikanische		Chinesischer Reis	123
Japanische Sushi	66	Tortillas	91	Reis mit Fisch	124
Kakimotschi Senbei	66	Überbackene		Tibetanischer Reis	125
Cochayuyo	66	Tortillas	92	Koreanischer Reis	126
Schottischer Pudding		Tacos	93	Gelber indischer	
aus Carragheen	66	Chilaquiles	94	Reis	127
Queller oder Meeres-		Soße für Tortillas	95	Birmanesischer Reis	128
spargel	67	Tamales	96	Chow Fun	129
Meeresspargel in		Tamales Chiapanecas	97	Indischer Khichri	130
Butter	67	Humitas oder		Türkischer Pilav	131
		Choclotanda	98	Chinesische	
DIE REZEPTE		Humitas mit		Reisplatte	132
		frischem Käse	99	Indonesisches Nasi	
GETREIDE UND MEHL		Choclo-Teig	100	Goreng	133
		La Mämälīgä	102	Mexikanischer Reis	134
BROTSPORTEN AUS		Garnierte Mämälīgä	102	Mexikanischer	
INDIEN	73	Überbackener		Tomatenreis	135
Chapatis	75	Maisbrei auf		Panamesischer Reis	136
Chapatis aus Reis	75	serbische Art	103	»Mauren und	
Parathas	75	Proja	104	Christen«	137
Gefüllte Parathas	76	Polenta	105	Melanesischer Reis	138
Puris	76	Polenta mit Käse	105	Reisbrötchen	139
Khasta Puri	76	Kreolischer Mais	106	Griechischer Pilafi	140
Brote aus Hülsen-		Maniokfladen	107	Pilafi mit gedünsteten	
früchten	77	Hirsebrei	108	Tomaten	140
Malaiisches Brot	78	Hirse mit Kürbis	109	Pilafi mit Erbsen	
Tibetanische Tsampa	79	Hirsebrot	110	und Schinken	140
Yufka	80	Hirse auf indische		Reis nach	
Äthiopische Indjera	81	Art	111	Frühlingsart	141
Chinesische Brote	82	Hirse mit Gemüse		Reis auf kubanische	
Gaokwei	82	auf indische Art	111	Art	142
Mandschu-Brot	83	Hirse mit getrockneten		Risotto al salto	143
Fladenbrot	83	Champignons	112	Risibisi	144

Suppli	145	Andalusische Suppe	182	Gebratener Tofu	220
Aragonische Migas	146	Stockfisch-Suppe	183	Tofu mit Krabben	220
SUPPEN		Knoblauch-Suppe	184	Suppe mit Tofu und	
		Suppe aus Cadix	185	Wasserkastanien	221
		Portugiesische		Gebackene	
Mulligatawny	149	Minz-Suppe	186	Sojabohnen	222
Mulligatawny mit		Kolumbianische		Chinakohl – Pet'sai	223
Fleisch	149	Suppe	187	Indisches Fugath	
Birmanesische		Mexikanische		mit Bananen	224
Suppe	150	Kürbissuppe	188	Bhajji	225
Suppen mit Klößen	151	Suppe aus der		Äthiopisches	
Chinesische		Muluchiya-Pflanze	189	Wot-Gericht	226
Kohluppe	152	Kuttel-Suppe	190	Gemüsecurry	227
Soja-Suppe	153	Magiritza	191	Gemüsefrikadellen	228
Indische Fischsuppe	154	Arabische Suppe	192	Indische Gemüse-	
Indonesische Suppe	155	Chorba	193	Gerichte	229
Mango-Suppe	156	Chinesische Suppe		Süß-Saurer	
Erdnuss-Suppe	157	mit Kalbslunge	194	Chinakohl	230
Kokosnuss-Suppe	158	Chupe	195	Erbsen mit Panir	231
Ei-Zitronen-Suppe	159			Kichererbsen mit	
Kalte Tzatziki-		ESSBARE		Pasta	232
Suppe	160	PFLANZEN		Panisse	233
Mandelsuppe	161			Libanesische Kicher-	
Portugiesische		Der Brotfruchtbaum	199	erbsen: Hummus	234
Suppe	162	La Popoi	201	Calentica	235
Mast-O-Khiar	163	Kaki	202	Bollitos	236
Lagman		Taro	203	Kichererbsen auf	
Po-Uyegursky	164	Po'e	204	rumänische Art	237
Goimontoi Shulyu	165	Sago	205	Gesalzenes Nahit	238
Schtschi	166	Süsse Eicheln	206	Garbanzos mit Reis	239
Hirsuppe auf		Wasserkastanien	207	Spanisches Pisto	240
russische Art	167	Rumaki mit		Gefüllte Kürbis-	
Gerstensuppe mit		Wasserkastanien	208	blüten auf	
Champignons	168	Chinesische Früh-		griechische Art	241
Borschtsch	169	lingsrollen mit		Radikia	242
Borschtsch mit		Wasserkastanien	209	Okra auf	
Fleisch	170	Sukiyaki mit		griechische Art	243
Okroschka	171	Wasserkastanien	210	Ägyptische Okra	244
Österreichische		Wasserkastanien		Dolmades	245
Leberknödel	172	mit Geflügelresten	211	Zucchini-	
Suppe mit bulgari-		Rote Rettiche	212	Frikadellen	246
schem Joghurt	173	Hami-Melone	213	Ta'amia	247
Tessiner		In Eismieten auf-		Fassolia	248
Kürbissuppe	174	bewahrte Gemüse	214	Marinierte	
Busecca / Trippa		Getrocknete		Auberginen	249
alla Lombarda	175	Gemüse	214	Shakshuka	250
Italienische		Soja	215	Bruna Bonör	251
Eiersuppe	176	Sojamilch	217	Frijoles	252
Schwedische Suppe	177	Sojakäse / Tofu	218	Kreolische Linsen	253
Malvensuppe	178	Sojabohnensalat	219	Coca de espinacas	254
Kokosnuss-Suppe	179	Gebundene		Empanadas	254
Mexikanische		Sojasuppe	219	Spinat mit Sesam	255
Tomatensuppe	180	Tofu mit		Indonesische Süß-	
Mexikanische		Champignons	219	kartoffeln	256
Gemüsesuppe	181	Tofu in Teig	220	Gefüllte calabaza	257

Mexikanische		Geräuchertes Fleisch		GETRÄNKE UND	
Linsen	258	mit Erdnussbrei	297	NACHSPEISEN	
Mais nach Antillen-		Huhn mit		Baijiu	331
Art	259	Kokosnuss	298	Indianischer	
Türkische Karotten	260	Huhn im Pot-Pot	299	Masato	332
M'Guena	261	Getrockneter Fisch	300	Kava	333
Israelisches Falafel	262	Huhn auf indische		Chicha	334
Polenta aus		Art	301	Melone auf	
Kastanien	263	Huhn mit		koreanische Art	335
Ful Medames	264	Dickmilch	302	Maduros-Koch-	
Kartoffeln in		Schaf nach pakista-		bananen auf	
Mitteleuropa	265	nischer Art	303	mexikanisch	336
Gefüllte chinesische		Afghanische		Eingelegte Bananen	336
Hörnchen	266	Frikadellen	304	Kleine spanische	
Harte grüne		Pulao	305	Törtchen	337
Bananen	267	Amêijoas na		Orangen auf orien-	
Kochbananen mit		cataplana	306	talische Art	338
Zucker	268	Hühnchen mit Reis	307	Kreolische Torte	339
Maniokblätter	269	Meerschweinchen	308	Mexikanische	
FLEISCH, FISCH		Arroz a banda	309	Buñuelos	340
UND KÄSE		Oktopusse und		Kürbistorte	341
		Tintenfische	310	Bohnentorte	342
Jiaozi	273	Tintenfische mit		Bohnenpudding	342
Süß-saures		Reis	310	Billila	343
Schweinefleisch	274	Oktopusse nach		Seffa	344
Gedünstetes Huhn	275	griechischer Art	311	Jalebi	345
Mongolisches Schaf	276	Oktopusse nach		Erdnuss-Karamell	346
Tibetanischer		spanischer Art	312	Sarikaya	347
Schafsmagen	277	Eingelegte		Mazamorra	348
Robben und Elche	278	Tintenfische	313	Russisches	
Äthiopisches Lamm	280	Portugiesischer		Milchkaramell	349
Igel nach Sinti-		Kabeljau	314	Brasilianische	
und-Roma-Art	281	Peruanisches		Bierplätzchen	350
Gürteltier nach		Ceviche	315	Molinetes aus Chile	351
argentinischer Art	281	Getrockneter		Runkelrüben-Halva	352
Kibbeh	282	Bonito-Thunfisch	316	Tamina el Bejaouia	353
Kibbeh Samak	282	Chinesischer		Montécaos	354
Leben Immu	283	Haifisch	317	Joghurtkuchen	355
Retfo	284	Fisch auf		Kuchen aus	
Schafffleisch nach		indonesische Art	318	Süsskartoffeln	356
afghanischer Art	285	Indische Koftas	319	Krapfen aus	
Huhn mit		Kroatischer Päsiki		Süsskartoffeln	356
Erdnüssen	286	Sir	320	Eier-Halva	357
Elefanten	287	Indischer Käse-		Camotes mit Sirup	358
Eidechsen	289	Curry	321	Krapfen aus	359
Papricache	290	Saganaki	322	portugiesischem	
Schweinehaut	291	Fisch auf		Riesenkürbis	359
Backen in Erdöfen	292	griechische Art	323	Polnische Kluskis	360
Mexikanisches Bar-		Kokoretsi	324	Halva	361
bacoa (Barbecue)	293	Kaymak	325	Kreolischer	
Kari à la réunion	294	Carnitas (Schweine-		Maiskuchen	362
Charqui	295	braten nach mexika-	326	Žito	363
Termiten-		nischer Art)			
Würstchen	296	Mexikanische			
		Fleischbällchen	327		