

Inhalt

Liebe Leserin, lieber Leser!	7
Hinweise zum Gebrauch	8
Anmerkungen zu den Rezepten	10
Zeichenerklärung	13
 Afrika	 15
Marokko	16
Ägypten	22
Äthiopien	28
Ghana	33
Tansania	38
Madagaskar	42
 Asien	 49
Türkei	50
Syrien	55
Iran	60
China	65
Korea	72
Japan	76
Indien	83
Sri Lanka	90
Thailand	96
Vietnam	102
Indonesien	106

Lateinamerika 113

 Mexiko 114

 Brasilien 118

 Argentinien 122

Europa 127

 Finnland 128

 Russland 132

 Großbritannien 137

 Deutschland 142

 Frankreich 147

 Österreich 153

 Ungarn 158

 Spanien 163

 Italien 168

 Griechenland 174

Die Autorin 180

Glossar 181

Rezeptverzeichnis 190