

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	7
Historischer Hintergrund	8
Ontario	10
Die Indianer	13
Lebensweise gestern und heute	18
Ahornsirup	20
Verschiedene Kochgeräte	22
Ingredienzen und Küchentipps	24
Maßeinheiten und Temperaturen	26
Brot, Brötchen und Muffins	27
Frühstück	33
Suppen und Eintöpfe	39
Gemüse und Salate	47
Rind, Schwein und Lamm	59
Geflügel, Wild und Fisch	73
Gewürzmischungen, Marinaden, Saucen und Dressings	85
Desserts und andere süße Dinge	91
Kuchen, Pasteten und Gebäck	97