

Wichtige Hinweise	4	Nachtleben in Houhai	54	Querbeet – chinesisches Gemüse	104
Inhalt	5	Frische Vielfalt – die Supermärkte	56	Zwischen Suzhou und Taihu-See	106
Vorwort	8	<i>Sonntags in Beijing</i>	58	Chinesische Gärten – Kosmos en miniature	108
Einleitung	10–23	Snacks auf Beijings Nachtmärkten	60	Dazha-Krebse aus dem Yangcheng-See	110
Kulinarische Grundlagen	10	Leben in einem Pekinger Park	62	Idyllisches Wasserland	112
Genuss mit Tradition: chinesische Kochkultur	12	<i>Ein Besuch in der Mensa der Universität</i>	64	Schwarz, rot, weiß: chinesischer Reissessig	114
Die chinesische Küchenausstattung	16	Höfische Sommerfrische im Sommerpalast	66	Exquisites Teegeschirr – Kannen aus Yixing	116
Schneidetechniken	18	Die Große Mauer	68	Shandong	70–95
Marinieren und Panieren	20	Shandong	70–95	Die Wiege der kaiserlichen Küche	78
Garmethoden	22	Die Wiege der kaiserlichen Küche	78	Luxus pur – Weingenuß in China	80
Beijing	24–69	Luxus pur – Weingenuß in China	80	Einst deutsch, heute international – Qingdao	82
Beijing – Hauptstadt vieler Dynastien	30	Einst deutsch, heute international – Qingdao	82	Staatsdoktrin Konfuzianismus	84
Spaziergang durch die Verbotene Stadt	34	Staatsdoktrin Konfuzianismus	84	<i>Ein Sonntag in Qingdao</i>	86
Speisen wie der Kaiser von China	36	<i>Ein Sonntag in Qingdao</i>	86	Universelle Harmonie – der Daoismus	90
Raffiniert bis rustikal – Beijings Küche	38	Universelle Harmonie – der Daoismus	90	Fische und Meeresfrüchte	92
Die Pekingente – ein Geschmacksfeuerwerk	40	Fische und Meeresfrüchte	92	Poetische Namen für ungezählte Gänge	94
Tischsitten in China	42	Poetische Namen für ungezählte Gänge	94	Jiangsu	96–117
Teigtaschen – Genuss in Hülle und Fülle	44	Jiangsu	96–117	Nanjing – Chinas »Südliche Hauptstadt«	100
Hutongs – Beijings kleine Welten	46	Nanjing – Chinas »Südliche Hauptstadt«	100	Unauffälliger Favorit – die Jiangsu-Küche	102
Spezialitäten aus Beijing	48	Unauffälliger Favorit – die Jiangsu-Küche	102	Shanghai	118–141
Teehäuser und Pekingoper	50	Shanghai	118–141	Inspiriert – die Küche Shanghais	124
				Shanghaier Köstlichkeiten	126
				Stippvisite in die Vergangenheit	128
				Xiaolongbao – Kulturschatz im Bambuskorb	130
				Streifzug durch die Gegenwart	132
				Blick in die Zukunft Shanghais	136
				Der Tag eines Shanghaier Arbeiters	138

Anhui 142–159

- Fremder Klassiker –
die Küche Anhuais 146
- Teatime –
nicht nur mit Tee aus Qimen 148
- Die Huizhou-Kaufmannskultur 150
- Köstlichkeiten aus Anhui 154
- Spezialitäten der Anhui-Küche 156
- Chinesische Trinkspiele 158

Zhejiang 160–181

- Paradies für Feinschmecker 166
- Hangzhou –
Inbegriff chinesischer Romantik 168
- Eine chinesische Hochzeit 170
- Hochzeitsrezepte 172
- Silbernadeln und schwarze Drachen 174
- Spezialitäten aus Zhejiang 176
- Rachenputzer & Co –
chinesische Spirituosen 178
- Delikat: Jinhua-Schinken 180

Fujian 182–213

- Buddhas Versuchung –
die Fujian-Küche 186
- Suppe – Seelentröster und Medizin 188
- Wolkenkratzer und Pagoden:
Fuzhou 190
- Chinesischer Gaumenkitzel –
die Saucen 192

- Die Inselstadt Xiamen 196
- Vegetarische Küche in China 198
- Fujians süße Früchte 200
- Für Genuss und Prestige:
Delikatessen 202
- Bittere Idylle – das Hinterland 204
- Wildes Wuyishan-Gebirge 206
- Wolkenohr und Samtfuß –
chinesische Pilze 208
- Bambus – der Alleskönner 212

Guangdong 214–257

- Guangdong –
Weltoffenheit hat Tradition 220
- Raffiniert – die Küche Guangdongs 224
- Spezialitäten aus Guangdong 226
- Trendsetter Perlfussdelta 228
- Abenteuerlich –
kantonesische Delikatessen 230
- Streifzug durch Guangdong 234
- Yum Cha und Dim Sum 236
- Duftendes kaiserliches Vergnügen:
Jasmintee 240
- Eine kleine Pilgerreise 242
- Buddhismus chinesischer Prägung 244
- Nachhaltiger Ökotrend?
Biokost aus China 246
- Eine Klasse für sich –
die Chaozhou-Küche 248
- Fische und Meeresfrüchte
aus Guangdong 250
- Herzhafte Hakka-Küche 252
- Fisch und Geflügel 254
- Exotisch – Früchte aus
dem Süden Chinas 256

Hongkong 258–291

- Fels in der Brandung –
Hongkongs Geschichte 264
- Die Küche – traditionell
kosmopolitisch 266
- Hongkongs Genießerviertel 270
- Quicklebendig –
Fischkauf in Hongkong 274
- Essgewohnheiten
und -gelegenheiten 276
- Nachtmarkt in der Temple Street 280
- Dem Glück auf die Sprünge helfen 282
- Götterglaube im
modernen Hongkong 284
- Frühlingsfest und Mondfest 286
- Außergewöhnliche
Wohnzimmerrestaurants 290

Macau 292–313

- Wechselhafte Zeiten –
Macaus Vergangenheit 296
- Das kulinarische Erbe Macaus 298
- Die Welt der Casinos 300
- Streifzug durch die Markthalle 302
- Heiß begehrt – süß-scharfe Würste 304
- Portugal en Wok 306
- Coloane – zurück zu Natur
und Tradition 308
- Macaus Süßigkeiten 310
- Feste – Drachentanz und Ostereier 312

Yunnan 314–341

- Yunnans kulinarische Vielfalt 322
- Seidenart — Reismudeln 324
- Pu-Erh-Tee 325
- Land der Seen und Parks 326
- Ewiger Frühling in Kuming 328
- Bergvölker — die Yi und die Bai 330
- Kaffee und Tabak 334
- Spezialitäten aus Yunnan 336
- Lijiang — Ort zweier Welten 338
- Xishuangbanna — Heimat der Dai 340

Hunan 342–361

- Schärfer geht's nicht — Hunans Küche 346
- Reiches Changsha 348
- Shaoshan — in memoriam Mao 350
- Aus der Not geboren — eingelegtes Gemüse 352
- Spezialitäten aus Hunan 354
- Reiskauf leicht gemacht 356
- Lotos und Wasserkastanie 358
- Vielseitiges »Eierlei« 360

Sichuan 362–389

- Manche mögen's scharf — Sichuans Küche 368
- Die Heilkraft der Gewürze 372
- Chengdu — Stadt des Brokats 376
- Teehäuser — Spiegel der Gesellschaft 378
- Chongqing — die größte Stadt der Welt 380
- Eiweißreiches Allroundtalent — die Sojabohne 382
- Keine Geschmacksfrage — Tofu 384
- Chinas Weltkulturerbe 386
- Pikant bis feurig-scharf: der Feuertopf 388

Gansu 390–405

- Nudeln, Rind und Lamm — Gansus Küche 396
- Hui — chinesische Muslime 398
- Kulturgut Nudel 400
- Lanzhou-Lamian 402
- Der chinesische Bauernkalender 404

Xinjiang 406–421

- Orientalisch mit chinesischem Einschlag 414
- Die Seidenstraße 418

Innere Mongolei 422–437

- Joghurt und Feuertopf — Kost der Nomaden 428
- Milch — Reis der Nomaden 430
- Leben in der Jurte 432
- Die fünf Säulen des Nomadenlebens 434
- Dschingis Khan — Tyrann und Friedensstifter 436

Heilongjiang 438–463

- Die Küche Heilongjiangs 446
- Schlachtfest 448
- Wege zur Ausgeglichenheit — Yin und Yang 450
- Das Bankett des Fliegenden Drachens 454
- Laternenfeste — Lichter für das neue Jahr 456
- Jiaozi — hausgemachte Teigtaschen 458
- Getreide 460
- Nordchinas Liebling — der Kohl 462

Anhang 464

- Übersichtskarte 464
- Glossar 466
- Bibliografie 469
- Danksagung 470
- Rezeptregister nach Gerichtarten 472
- Rezeptregister alphabetisch 474
- Sachregister 476
- Bild- und Textnachweis 484