

- 001 _____ **Vorwort**
- 004 _____ **Esskultur – Zur Geschichte des
Regionalen und den Chancen des
Globalen**
- 008 _____ **Schaffe, schaffe, Spätzle schabe:
Schwaben**
- 012 _____ **Offen und ungeheuer vielseitig:
Baden**
- 016 _____ **Traditionen lebendig wie kaum
anderswo: Bayern**
- 020 _____ **Es geht (nicht nur) um die Wurst:
Franken**
- 024 _____ **In der Mitte Deutschlands:
Thüringen**
- 028 _____ **Kaffee, Kuchen und Kartoffeln:
Sachsen**
- 032 _____ **Weck, Worscht, Woi und Gemüse
fast wie am Mittelmeer: die Pfalz**

Zwischen Ebbelwoi und rauen Mittelgebirgen: Hessen	_____ 036
Viel Eigenwilliges zwischen „Himmel un Äd“: das Rheinland	_____ 040
Der bodenständige Nordwesten: Westfalen und Niedersachsen	_____ 044
Von Borkum über Schleswig- Holstein bis Usedom: Deutsch- lands Küsten	_____ 048
Die Hauptstadt der Deutschen und ihr fruchtbares Umland: Berlin und Brandenburg	_____ 052
Klein aber fein: Saarland, Hamburg und Bremen	_____ 056
Internationale Küche in Deutschland	_____ 060
Medien	_____ 064
Vorschau/Impressum	_____ 065