

# **INHALTSVERZEICHNIS**

<b>Vorwort</b>	<b>7</b>
<b>USA und Kanada – gestern und heute</b>	<b>8</b>
<b>Die Indianer und ihre Lebensweise</b>	<b>11</b>
<b>Verschiedene Kochgeräte</b>	<b>16</b>
<b>Ahornsirup</b>	<b>17</b>
<b>Ingredienzen und Küchentipps</b>	<b>18</b>
<b>Maßeinheiten und Temperaturen</b>	<b>21</b>
<b>Traditionelle haltbare Nahrungsmittel</b>	<b>23</b>
<b>Fladen, Tortillas und Brot</b>	<b>27</b>
<b>Brötchen, Küchlein und Muffins</b>	<b>35</b>
<b>Frühstück</b>	<b>41</b>
<b>Suppen und Klöße</b>	<b>49</b>
<b>Gemüsegerichte</b>	<b>57</b>
<b>Salate</b>	<b>77</b>
<b>Gewürzmischungen, Saucen, Butter und Dressings</b>	<b>81</b>
<b>Desserts und andere süße Dinge</b>	<b>89</b>
<b>Kuchen, Pasteten und Gebäck</b>	<b>99</b>