

HAROLD Mc GEE

# ON FOOD AND COOKING



*Das Standardwerk  
der Küchenwissenschaft*

**DER KLASSIKER ENDLICH AUF DEUTSCH!**

**MATTHAES**

# INHALT

	DANKSAGUNG	VII
	EINFÜHRUNG	1
Kapitel 1	Milch und Milchprodukte	7
Kapitel 2	Eier	79
Kapitel 3	Fleisch	138
Kapitel 4	Fisch und Meeresfrüchte	210
Kapitel 5	Essbare Pflanzen: Eine Einführung in Obst und Gemüse, Kräuter und Gewürze	284
Kapitel 6	Die wichtigsten Gemüsesorten	350
Kapitel 7	Beliebte Obstsorten	407
Kapitel 8	Pflanzliche Aromastoffe: Kräuter und Gewürze, Tee und Kaffee	450
Kapitel 9	Samen: Getreide, Hülsenfrüchte und Nüsse	528
Kapitel 10	Teig und Teigmassen aus Getreide: Brot, Kuchen, Gebäck und Nudeln	604
Kapitel 11	Saucen	678
Kapitel 12	Zucker, Schokolade und Süßwaren	754
Kapitel 13	Wein, Bier und Spirituosen	831
Kapitel 14	Garmethoden und Kochutensilien	905
Kapitel 15	Die vier wichtigsten Moleküle in Lebensmitteln	923
Anhang	AUFFRISCHUNG DER CHEMIEKENNTNISSE	944
	QUELLENVERZEICHNIS	953
	STICHWORTREGISTER	955



### Anmerkung zu den Maßeinheiten und den Zeichnungen der Moleküle

Die Längenangaben in diesem Buch werden im Allgemeinen in Millimeter (mm) gemacht; 1 mm entspricht dabei etwa der Größe des Symbols für Grad °. Sehr geringe Längen werden in Mikronen ( $\mu$ ) angegeben; ein Mikron entspricht 1 Mikrometer, einem tausendstel Millimeter.

Einzelne Moleküle sind sehr klein, nur winzige Bruchteile eines Mikrons, und können daher abstrakt scheinen und schwer vorstellbar. Aber sie sind real und haben eindeutige Strukturen, die bestimmen, wie sie – und die Lebensmittel, die aus diesen Molekülen bestehen – sich in der Küche verhalten. Umso besser wir uns diese Moleküle und ihre Eigenschaften vorstellen können, umso einfacher wird es für uns zu verstehen, was beim Kochen passiert. Und beim Kochen kommt es meistens auf die allgemeine Form eines Moleküls an – nicht so sehr darauf, wo genau die einzelnen Atome platziert sind. In den meisten Zeichnungen in diesem Buch werden Moleküle vereinfacht dargestellt, und zwar auf verschiedene Art – mal als lange, dünne Striche, mal als lange, dicke Striche und mal als bienenwabenähnliche Umrisse, auf denen die Position einiger Atome als Buchstaben angegeben wird – es hängt immer davon ab, welche Eigenschaft gerade erklärt werden soll. Die Moleküle vieler Lebensmittel haben als Grundstruktur eine Verbindung von Kohlenstoffatomen, an die einige andere Atome (meistens Wasserstoff und Sauerstoff) gebunden sind. Da die Kohlenstoffatome meistens so eine Art Rückgrat des Moleküls bilden, sind die einzelnen Atome oft nicht extra gezeichnet, sondern bloß als Striche dargestellt, die die Verbindungen zwischen den einzelnen Atomen andeuten sollen.

# MILCH UND MILCHPRODUKTE

<b>Säugetiere und Milch</b>	8	<b>Unvergorene Milchprodukte</b>	24
Evolution der Milch	8	Milch	24
Domestizierung der Wiederkäuer	9	Sahne	32
Milchvieh weltweit	9	Butter und Margarine	38
Ursprünge der Milchverarbeitung	11	Eiscreme	45
Unterschiedliche Traditionen	11	<b>Frisch fermentierte Milch und Sahne</b>	51
<b>Milch und Gesundheit</b>	14	Milchsäurebakterien	51
Nährstoffe der Milch	14	Verschiedene Varianten	
Milch für Kleinkinder:		frisch vergorener Milch	52
Ernährung und Allergien	15	Joghurt	55
Milch nach dem Kleinkindalter:		Crème fraîche, Saure Sahne	
Laktose-Verdauung	15	und Buttermilch	56
Neue Fragen zur Milch	16	Kochen mit Sauermilch	58
<b>Biochemie der Milch</b>	18	<b>Käse</b>	58
Wie die Kuh Milch produziert	18	Evolution des Käses	59
Milchzucker: Laktose	19	Zutaten für die Käseherstellung	63
Milchfett	20	Käseherstellung	68
Milchproteine: Koagulation		Die Quellen der Käse-Vielfalt	71
durch Säuren und Enzyme	21	Käse auswählen, lagern und servieren	72
Der Geschmack von Milch	23	Kochen mit Käse	74
		Schmelzkäse und fettarme	
		Käsesorten	77
		Käse und Gesundheit	77

Wohl kaum ein Nahrungsmittel wäre besser als Thema für das erste Kapitel dieses Buches geeignet als das, mit dem wir alle unser Leben beginnen. Menschen sind Säugetiere; daher ist die erste Nahrung, die wir zu uns nehmen, Muttermilch. Milch ist das Nahrungsmittel für »Anfänger des Essens«: eine trinkbare Essenz, die der Körper der Mutter aus ihrer anspruchsvolleren Ernährung gewinnt. Als unsere Vorfahren die Milchverarbeitung entdeckten, gebrauchten

sie die Kühe, Schafe und Ziegen sozusagen als Ersatzmütter. Diese Kreaturen waren in der Lage, das Wunder zu vollbringen, Gras und Heu in Eimer voll mit Nahrung für Menschen zu verwandeln. Und bald stellte sich heraus, dass diese Milch dank freundlicher Mikroben zahllose Möglichkeiten zur Gewinnung von weiteren köstlichen Lebensmitteln – z. B. reichhaltiger Sahne und geschmacksintensiver goldener Butter – eröffnete.

Es ist also kein Wunder, dass Milch auch in den Mythen zahlreicher Kulturen Einzug fand. Die indogermanischen Stämme, die etwa 3000 Jahre vor unserer Zeitrechnung von den kaukasischen Steppen aus große Teile des eurasischen Kontinents besiedelten, waren Viehhirten. In den Mythen ihrer Nachkommen von Indien bis nach Skandinavien spielen Milch und Butter eine bedeutende Rolle. Für die Völker im Mittelmeerraum und im Nahen Osten hatte Olivenöl zwar eine größere Bedeutung als Butter, dennoch gelten Milch und Käse im Alten Testament als Symbole für Fülle und Reichtum.

In der heutigen Wahrnehmung hat Milch einen vollkommen anderen Stellenwert. Durch Massenerzeugung in der Landwirtschaft ist aus dem einst kostbaren und sagenumwobenen Grundnahrungsmittel sowie den daraus gewonnenen Produkten ein alltäglicher Rohstoff geworden; vor nicht allzu langer Zeit wurden Milchprodukte von manchen Ernährungswissenschaftlern sogar wegen ihres hohen Fettgehalts stigmatisiert. Glücklicherweise gibt es inzwischen eine eher gemäßigte Sichtweise auf den ernährungstechnisch und gesundheitlich sinnvollen Fettgehalt von Lebensmitteln, und die Nachfrage nach traditio-

nellen Milchprodukten besteht weiterhin. So ist es uns möglich, die bemerkenswerten Lebensmittel zu genießen, die über die Jahrtausende dank menschlichem Einfallsreichtum aus Milch entwickelt wurden. Ein Schlückchen Milch oder eine Kugel Eiscreme können wie ein paar Zeilen von Proust Erinnerungen an die Unschuld der Jugend, an ihre Energie und Möglichkeiten wachrufen, und der Genuss eines guten Stückchen Käses kann eine gehaltvolle Abhandlung über Reife und die Erfüllung von Möglichkeiten sein.

## SÄUGETIERE UND MILCH

### EVOLUTION DER MILCH

Wie und warum entwickelte sich Milch? Ihre Entstehung ist einzuordnen in die Entwicklung von warmem Blut, Haar und Hautdrüsen – alles Unterscheidungsmerkmale zwischen Säugetieren und Reptilien. Die erste Milch gab es wohl vor etwa 300 Millionen Jahren in Form eines schützenden und nährenden Hautsekrets für Tierjunge, die auf der Haut ihrer Mutter großgezogen

### Milch und Butter: Ursprüngliche Flüssigkeiten

*Als die Götter das Opfer vollführten, mit dem ersten Menschen als Gabe, war der Frühling geschmolzene Butter, Sommer der Treibstoff, Herbst die Gabe. Sie salbten diesen Menschen, geboren im Anfang, als Opfertgabe auf dem Stroh. ... Von diesem umfassenden Opfer sammelten sie die Körner von Butter und wandelten sie in Kreaturen der Luft, des Waldes und des Dorfes ... Vieh wurde daraus geboren und Schafe und Ziegen wurden daraus geboren.*

Rig-Veda, etwa 1200 v. Chr., Buch 10

*... Ich bin herabgestiegen, um [mein Volk] der Hand der Ägypter zu entreißen und aus jenem Land hinaufzuführen in ein schönes, weites Land, in ein Land, in dem Milch und Honig fließen. ...*

Gott zu Moses auf dem Berg Horeb (2. Buch Mose 3:8)

*Hast du mich nicht ausgegossen wie Milch, wie Käse mich gerinnen lassen?*

Hiob zu Gott (Hiob 10:10)

wurden, so wie das heute noch beim Schnabeltier der Fall ist. Durch weitere Evolution wurde dieses Sekret zur Milch, wie wir sie heute kennen, und trug damit nennenswert zur Entwicklung der Familie der Säugetiere bei. Milch hat den Vorteil, dass neugeborene Tiere weiterhin die ideal auf sie abgestimmte Nahrung aus dem Körper der Mutter selbst nach der Geburt eigenständig aufnehmen können; damit haben sie die Möglichkeit, auch außerhalb der Gebärmutter die körperliche Entwicklung fortzusetzen. Die menschliche Spezies weiß diesen Vorteil voll auszunutzen: Zwar sind wir noch Monate nach der Geburt vollkommen hilflos und auf die Muttermilch angewiesen, doch wächst unser Gehirn in dieser Zeit so stark, dass unser Kopf unmöglich in die Gebärmutter und bei der Geburt durch den Geburtskanal gepasst hätte. So gesehen, machte Milch die Entwicklung unserer großen Gehirne erst möglich und uns damit überhaupt erst zu den außergewöhnlichen Säugetieren, die wir sind.

### DOMESTIZIERUNG DER WIEDERKÄUER

Wie schon der Name verrät, produzieren alle Säugetiere Milch für ihre Jungen. Aber nur einige wenige, eng verwandte Arten wurden von den Menschen für die Milchproduktion domestiziert. Rinder, Wasserbüffel, Schafe, Ziegen, Kamele und Yaks geben genügend Milch, dass sie auch für die Ernährung der Menschen reicht. Diese Tiere wurden in einer Zeit und an Orten domestiziert, in denen ein Mangel an Nahrung herrschte. Vor etwa 30 Millionen Jahren änderte sich das warm-feuchte Klima der Erde, und es wurde jahreszeitlich trocken. Durch diese Veränderung verbreiteten sich besonders schnell wachsende, Samen produzierende Pflanzen, die dieses Klima gut verkraften konnten. Immer mehr Fläche war von Grasland bedeckt, das sich während den Trockenperioden in ein Meer aus vertrockneten, faserigen Stängeln und Blättern verwandelte. Mit der Zeit führte das zu einem Rückgang der Population der Wildpferde; dafür breitete sich die Familie der Wieder-

käuer aus – Rinder, Schafe, Ziegen und ihre Verwandten –, da sie sich von trockenen Gräsern ernähren können.

Die Verbreitung der Wiederkäuer wurde dadurch ermöglicht, dass sie einen einzigartigen Magen entwickelt hatten. Dieser Magen hat mehrere Kammern und ist auf die Verdauung der faserigen Gräser spezialisiert; er macht etwa ein Fünftel des Körpergewichts der Wiederkäuer aus und es sind Tausende Mikroben darin beheimatet, die die Verdauung der faserigen Gräser ermöglichen. Die meisten dieser Mikroben befinden sich im ersten Magen, dem Pansen.

Dank dieses einzigartigen Verdauungstrakts können Wiederkäuer vorverdaute Nahrung aufstoßen und erneut zerkauen. Das bedeutet, dass sie auch aus stark faserigen Pflanzen minderer Qualität Nährstoffe gewinnen können. Aus Gräsern, die für Menschen ansonsten nutzlos wären, sich aber gut als Heu oder Silage lagern und als Tierfutter verwenden lassen, können Wiederkäuer Milch produzieren. Ohne Wiederkäuer gäbe es die Milchverarbeitung nicht.

### MILCHVIEH WELTWEIT

Nur wenige Tierrassen tragen einen bedeutenden Anteil zur weltweiten Milchversorgung bei.

**Die Kuh – europäisch und indisch** Der direkte Vorfahr der *Bos taurus*, der gewöhnlichen Milchkuh, war *Bos primigenius*, der wilde Auerochse mit den langen Hörnern. Zwei verwandte Rassen dieses kräftigen Tieres mit etwa 180 cm Schulterhöhe und 17 cm breiten Hörnern grasten in Asien, Europa und Nordafrika. Die in Europa und Afrika verbreitete Rasse hatte im Gegensatz zur in Asien verbreiteten Form, dem Zebu, keinen Buckel. Die europäische Rasse wurde etwa 8000 Jahre vor unserer Zeitrechnung im Nahen Osten domestiziert, ebenso die hitze- und parasitenresistenten Zebus in Süd- und Zentralasien. Die afrikanische Variante der europäischen Rasse in der Sahara wurde wahrscheinlich erst etwas später domestiziert.

# ESSBARE PFLANZEN

## *Eine Einführung in Obst und Gemüse, Kräuter und Gewürze*

<b>Pflanzen als Lebensmittel</b>	286	Qualitätsrückgang nach der Ernte	319
Das Wesen von Pflanzen	286	Umgang mit frischem Obst und Gemüse	320
Definitionen	289	Atmosphäre bei der Lagerung	322
Pflanzliche Lebensmittel in der Vergangenheit	291	Kontrolle der Temperatur: Kühlung	323
<b>Pflanzliche Nahrung und Gesundheit</b>	296	Kontrolle der Temperatur: Einfrieren	323
Essenzielle Nährstoffe in Obst und Gemüse: Vitamine	296	<b>Frisches Obst und Gemüse kochen</b>	324
Sekundäre Pflanzenstoffe	296	Wie Hitze die Eigenschaften von Obst und Gemüse beeinflusst	325
Ballaststoffe	301	Heißes Wasser: Kochen, Dämpfen, Druckgaren	332
Gifte in einigen Obst- und Gemüsesorten	301	Heiße Luft, heißes Öl und Hitzestralen: Backen, Braten und Grillen	334
Lebensmittelvergiftung durch frisches Obst und Gemüse	304	Garen in der Mikrowelle	335
<b>Zusammensetzung und Eigenschaften von Obst und Gemüse</b>	305	Pulverisieren und extrahieren	336
Pflanzenstruktur: Zellen, Gewebe und Organe	305	<b>Obst und Gemüse haltbar machen</b>	339
Konsistenz	309	Trocknen und Gefriertrocknen	340
Farbe	311	Fermentation und Einlegen in Essig: Sauerkraut und Kimchi, Essiggurken, Oliven	340
Aroma	315	Haltbar machen mit Zucker	346
<b>Umgang mit und Lagerung von Obst und Gemüse</b>	319	Obst und Gemüse aus der Dose	349

Wenden wir uns nun von Milch, Eiern, Fleisch und Fisch ab – alles Quellen belebender Proteine und energiespendender Fette – und beschäftigen uns stattdessen mit einer ganz anderen Welt – der Welt der Pflanzen, die sowohl Tiere als auch uns am Leben erhalten. Dazu zählen erdige Wurzeln, bittere, scharfe und erfrischende Blätter, duftende

Blüten, saftiges Obst und nussige Samen, hier finden sich süße und saure Aromen, solche, die einen angenehmen Schmerz auslösen können und Tausende weitere Geschmacksnoten und Düfte! Die ausgesprochene Vielfalt dieser Welt ist der einfachen Tatsache zu verdanken, dass Pflanzen sich nicht wie Tiere von der Stelle bewegen können. Durch



ihre unbewegliche Existenz sind sie ihrer Umgebung ausgeliefert und mussten sich zu virtuellen Chemikern entwickeln, um überleben zu können. Pflanzen sind in der Lage, sich lediglich mit Hilfe von Wasser, Felsen, Luft und Licht selbst zu erschaffen und verwandeln diese Gegebenheiten unserer Erde damit in für das Überleben der gesamten Tierwelt unentbehrliche Nahrungsmittel. Mit bunten Farben schrecken Pflanzen Feinde ab und ziehen Freunde an; mit Hilfe weiterer biochemischer Eigenschaften wie ihrem Aroma und Geschmack formten sie unsere Vorstellungen von Schönheit und Genuss. Dabei schützen sich Pflanzen vor den allgegenwärtigen Belastungen durch ihre Umwelt mit Substanzen, die auch uns schützen können. Wenn wir also Gemüse und Obst, Getreide und Gewürze verzehren, dann nehmen wir Lebensmittel zu uns, die unser Leben überhaupt erst möglich gemacht haben und die uns das Tor zu einer bunten und vielfältigen Welt voller Sinneseindrücke und Wonnen geöffnet haben.

Die Menschen haben sich schon immer von Pflanzen ernährt. Unsere Vorfahren sammelten und lebten für eine Million Jahre oder mehr von einer großen Auswahl an wilden Früchten, Blättern, und Samen. Vor etwa 10.000 Jahren begannen sie dann damit, einige Getreidesorten, Hülsenfrüchte und Wurzelgemüse anzubauen, die zu den reichhaltigsten Quellen von Energie und Protein in der Pflanzenwelt gehören und in großen Mengen geerntet und gelagert werden können. So gewannen die Menschen eine gewisse Kontrolle über ihre Versorgung mit Nahrungsmitteln, denn wenn sie ein kleines Stück Land zur Verfügung hatten, konnten sie sich darüber ausreichend selbst versorgen: Die Urbarmachung von Land führte zum Entstehen von Feldern und zur Sesshaftigkeit, zu den ersten Städten und auch der Weiterentwicklung des menschlichen Geistes. Allerdings hatte das Entstehen der Landwirtschaft auch den Effekt, dass die von den Menschen aufgenommene pflanzliche Nahrung an Vielfalt

### Die ursprünglichen Lebensmittel

Die Vorstellung, dass Pflanzen unsere ursprünglichen und damit einzigen richtigen Nahrungsmittel sind, hat tiefe kulturelle Wurzeln. In dem Goldenen Zeitalter, das von der griechischen und römischen Mythologie beschrieben wird, gab die Erde ihre Früchte den Menschen freiwillig, ohne dass sie Landbau betreiben mussten, und die Menschen aßen nur Nüsse und Früchte. Im Buch Genesis verbringen Adam und Eva ihre kurze Zeit der Unschuld als Gärtner:

*Und Gott der Herr pflanzte einen Garten in Eden gegen Osten hin und setzte den Menschen hinein, den er gemacht hatte. Und Gott der Herr ließ aufwachsen aus der Erde allerlei Bäume, verlockend anzusehen und gut zu essen ... Und Gott der Herr nahm den Menschen und setzte ihn in den Garten Eden, dass er ihn bebaute und bewahrte.*

Die Bibel erwähnt Fleisch als Nahrungsmittel erst, nachdem der erste Mord geschehen ist, Kains Mord an seinem Bruder Abel. Als erster großer Vegetarier gilt Pythagoras und von seinen Lebzeiten bis heute haben sich viele Individuen und Gruppen dazu entschlossen, nur pflanzliche Nahrungsmittel zu sich zu nehmen, um kein anderes Lebewesen töten zu müssen, das in der Lage ist, Schmerzen zu empfinden. Vielen Menschen blieb auch gar nichts anderes übrig, denn es ist viel teurer, Fleisch zu produzieren, als Getreide oder Wurzelgemüse.

einbüßte. Einige Tausend Jahre später ist die ursprüngliche Pflanzenfülle durch die zunehmende Industrialisierung und Gleichschaltung der Landwirtschaft noch stärker zurückgegangen. Obst und Gemüse sind in der modernen westlichen Ernährung zu Beilagen degradiert worden. Erst vor Kurzem begannen wir zu verstehen, dass die langfristige Gesundheit des menschlichen Körpers von einer Ernährung abhängt, die reich an Obst und Gemüse, Kräutern und Gewürzen ist. Zum Glück ermöglichen uns moderne Technologien heute Zugang zu so vielen essbaren Pflanzen wie niemals zuvor. Die Zeit ist reif, dieses faszinierende – und immer noch in der Entwicklung begriffene – Erbe des Erfindungsreichtums der Natur zu entdecken.

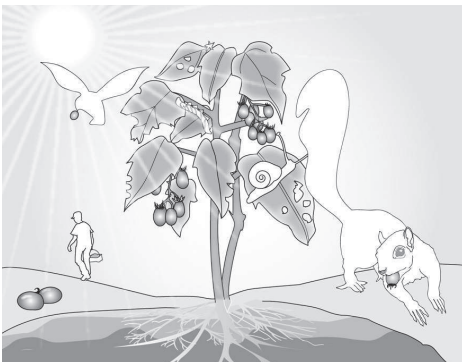
Dieses Kapitel soll als allgemeine Einführung in unsere pflanzlichen Lebensmittel dienen. Da Pflanzen so unterschiedlich sind, werden bestimmte Früchte und Gemüse sowie Kräuter und Gewürze in den folgenden Kapiteln genauer besprochen. Aus Samen gewonnene Lebensmittel wie Getreide, Hülsenfrüchte und Nüsse haben besondere Eigenschaften und werden separat in Kapitel 9 beschrieben.

## PFLANZEN ALS LEBENSMITTEL

### DAS WESEN VON PFLANZEN

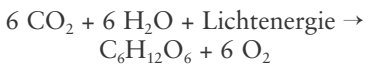
Das Wesen von Pflanzen und Tieren ist grundverschieden. Das liegt daran, dass sie jeweils eine andere Lösung für eine grundlegende Herausforderung gefunden haben, nämlich, wie sie an die zum Wachstum und zur Fortpflanzung notwendige Energie und Masse gelangen können. Pflanzen ernähren sich im Grunde genommen selbst. Sie bauen ihr Gewebe aus Wasser, Mineralstoffen und Luft auf und beziehen ihre Energie vom Sonnenlicht. Tiere sind nicht in der Lage aus solch simplen Stoffen komplexe Moleküle aufzubauen oder auf ähnlich einfache Art und Weise Energie zu gewinnen. Sie müssen Nährstoffe und Energie schon vorbereitet aufnehmen und tun dies, indem sie andere Lebewesen verspeisen. Pflanzen sind *autotrophe Lebewesen*, d. h., sie sind unabhängig und können ihre Substanz aus anorganischen Stoffen selbst aufbauen. Tiere hingegen sind parasitäre Heterotrophen. (»Parasitär« mag nicht sehr bewundernswert klingen, doch ohne den Parasitismus müssten wir nichts essen und

*Pflanzen sind in der Erde verwurzelt, also an eine Stelle gebunden. Dort ziehen sie Wasser und Mineralstoffe aus dem Boden, Kohlendioxid und Sauerstoff aus der Luft und gewinnen Lichtenergie von der Sonne. Diese anorganischen Materialien können sie dann in pflanzliches Gewebe umwandeln – und damit in Nahrungsmittel für Insekten und andere Tiere. Pflanzen schützen sich mit einer Reihe »chemischer Waffen« gegen Räuber. Diese chemischen Substanzen verleihen ihnen ihren jeweiligen Geschmack und manchmal auch eine gesundheitsfördernde Wirkung für uns Menschen. Um ihre Sprösslinge möglichst weit verbreiten zu können, schließen einige Pflanzen ihre Samen in köstlichen und nahrhaften Früchten ein, die dann von Tieren fortgetragen und verspeist werden, sodass die Tiere beim Transport und Verzehr die Samen verlieren und verteilen.*



könnten keinen der Genüsse erleben, die wir beim Kochen und Speisen empfinden!)

Autotrophe Lebewesen können auf verschiedene Arten existieren. Einige uralte Bakterienarten (einzellige Mikroben) manipulieren zur Energiegewinnung Schwefel-, Stickstoff- und Eisenverbindungen. Die bedeutendste Entwicklung für die Zukunft des Essens vollzog sich vor über 3 Milliarden Jahren mit der Evolution eines Bakteriums, das die Energie des Sonnenlichts anzapfen und in Form von Kohlenhydraten speichern konnte (dessen Moleküle aus Kohlenstoff, Wasserstoff und Sauerstoff bestehen). Chlorophyll – das grüne Pigment, das wir in der uns umgebenden Vegetation überall entdecken können – ist ein Molekül, das Sonnenlicht einfängt und den Prozess der *Photosynthese* einleitet, bei dem der Einfachzucker Glucose entsteht.



Kohlendioxid + Wasser + Lichtenergie →  
Glucose + Sauerstoff

Aus den Bakterien, denen es gelang, Chlorophyll zu »erfinden«, entstanden Algen, alle grünen Landpflanzen – und damit indirekt auch alle Landtiere.

Bevor es die Photosynthese gab, war in der Erdatmosphäre kaum Sauerstoff enthalten und die tödlichen ultravioletten Strahlen der Sonne drangen bis auf den Erdboden und sogar einige Meter tief in das Wasser der Meere vor. Lebendige Organismen konnten daher nur im tiefen Wasser überleben. Mit der Entstehung der zur Photosynthese fähigen Bakterien und ersten Algen, wurden beträchtliche Mengen an Sauerstoff (O<sub>2</sub>) freigesetzt, der durch die in der oberen Atmosphäre herrschende Strahlung in Ozon (O<sub>3</sub>) umgewandelt wurde, welches wiederum ultraviolettes Licht absorbierte und damit einen Großteil davon daran hinderte, bis auf die Erdoberfläche vorzudringen. Das Leben auf dem Land wurde nun möglich.

Wir verdanken unsere Existenz als Sauerstoff atmende, landlebende Tiere also der

grünen Pflanzenwelt, durch die wir uns täglich bewegen, die wir kultivieren und konsumieren.

### Warum Pflanzen keine Muskeln haben

Auf dem Erdboden wachsende Pflanzen können sich selbst ernähren, benötigen aber Zugang zur Erde, um Mineralstoffe und darin gespeichertes Wasser aufzunehmen; sie brauchen die Umgebungsluft, um daraus Kohlendioxid und Sauerstoff zu beziehen und sie brauchen Sonnenlicht zur Energiegewinnung. Alle diese Quellen sind recht verlässlich und Pflanzen haben sich so entwickelt, dass es ihnen möglich ist, diese Verlässlichkeit optimal ausnutzen zu können. Ihre Wurzeln dringen in den Erdboden vor, um an die dort vorhandenen Wasser- und Mineralstoffvorräte zu kommen; mit Hilfe ihrer Blätter maximieren sie ihre Oberfläche um Sonnenlicht einzufangen und Gase mit der Umgebungsluft auszutauschen; ihre Stängel unterstützen die Blätter und verbinden sie mit den Wurzeln. Man kann Pflanzen als stationäre, chemische Fabriken beschreiben, die aus Kammern für die Synthese und solchen für die Speicherung von Kohlenhydraten bestehen und aus Leitungen, über die Chemikalien von einem Teil der Fabrik in einen anderen transportiert werden; gestärkt wird diese Struktur vor allem durch Kohlenhydrate, die mechanische Stabilität und Stärke beitragen. Im Kontrast dazu müssen parasitäre Tiere andere Organismen finden und verspeisen, um überleben zu können; daher sind ihre Körper vor allem aus Muskelproteinen aufgebaut, die chemische Energie in physische Bewegungen umwandeln können.

### Warum Pflanzen ein intensives Aroma und extreme Wirkungen haben können

Tiere können ihre Mobilität nutzen, um zu verhindern, von anderen Kreaturen verspeist zu werden; sie können fliehen oder kämpfen. Pflanzen sind stationär – wie können sie sich zur Wehr setzen? Indem sie ihre Unbeweglichkeit durch ihre bemerkenswerten Fähigkeiten zur chemischen Synthese kompensieren.

## STICHWORTREGISTER

## A

- Aal 214 f., 230  
 Abalone/Seeohren 214, 262, 264, 269 f.  
 Abschlussgewebe, von Pflanzen 306  
 Absinth 898  
 Acesulfam-K 773  
*Aceto Balsamico* 903 f., 908  
*Acetobacter* 53, 597, 877, 900  
*Achras sapote* 807  
 Acidophilusmilch 27  
 Ackerlauch 365  
 Acrylamid 908  
*Actinidia* 424  
*Actinomucor* 581  
 Adams, Thomas 808  
 Adenosintriphosphat (ATP) 168  
 Adlerfarn 303, 371  
 Adrià, Ferran 3, 746  
 Adstringenz 317, 320, 328, 331, 370, 422,  
     427, 432, 444, 506, 517, 520, 524,  
     566, 579, 588, 590, 690, 704, 811,  
     819 ff., 839, 845, 851 f., 859, 877  
 Adzuki (Azuki) 567, 578  
 Affinage 69, 71  
 Aflatoxin 534  
*Aframomum* 498 f.  
 Agar Agar 301, 398 ff., 678, 712 f., 763,  
     806  
*Agaricus* 405  
 Agarose 938  
 Agave 757, 781, 891, 896 f.  
 Ahorn 754, 757, 778–782, 855, 856  
 Ahornsirup 489, 555, 577, 778–782, 860  
 Äioli 744  
 Ajinomoto 400  
 al dente 669, 672 f.  
 Allackerbeere 420 f.  
 Alaun 608  
 Albumen 86, 89–96, 99, 101, 103 f., 122,  
     126, 136 f., 755  
 Albumin 535 f., 707  
 Aleuronschicht 541 f., 551–556, 561,  
     621, 625, 866  
 Alfalfa 161, 303 f., 370, 567, 571  
 Algen 3, 81, 218 f., 226, 228, 244, 253,  
     255, 258, 261–266, 278, 287, 301,  
     317, 350, 370, 397–400, 690, 712 f.,  
     750 ff., 772, 806, 938 f.  
 Ali Bab 82  
 Aligot 75  
 Alitام 773  
 Alkali 94 f., 101, 137, 272, 327, 590, 624,  
     650, 885  
     *Siehe auch* pH  
 Alkaloide 288, 302, 316, 352 f., 383, 387,  
     408, 453, 478, 550, 578, 602, 690,  
     812 f., 830  
 Alkohol (Ethanol) 12, 24, 53, 59, 68, 76,  
     136, 209, 221, 274, 279, 307, 319,  
     321 f., 339, 341, 345 f., 358, 389,  
     397, 399, 402, 404, 412–424, 427,  
     431, 433, 450, 455, 459, 466 f., 471,  
     483 ff., 492–495, 507, 525, 535 f.,  
     558, 583 ff., 594, 601, 622, 627 f.,  
     630, 633, 647, 704, 709, 731, 756,  
     765 ff., 769–772, 785, 789, 808,  
     813, 819, 831–904.  
     *Siehe auch* Bier; Spirituosen; Wein  
 Alkylamide 458  
 Allemande 686 f.  
 Allergie 7, 15, 92, 529, 533, 591  
*Allium* 362–364  
     *Siehe auch* Lauchgewächse;  
     *spezifische Arten der Gattung Lauch*  
*Aloysia triphylla* 480

- Alpinia galanga* 496  
*Alpinia officinarum* 496  
 Aluminium 42, 249, 250, 254, 328, 342,  
 623, 750, 917–921, 945  
 Aluminiumoxid 342, 918  
 Amaranth 303, 313, 378  
 Amaretto 594, 896  
 Amchur 444  
 Ameisen (*Camponotus consobrinus*) 776  
*American Cookery* (Simmons) 608, 610,  
 640, 659  
 Amezaiku 803  
 Amine 67, 72, 78, 144, 221, 244, 707  
 Aminosäuren 17 f., 23 f., 66, 72 f., 78,  
 91, 98, 137, 143 ff., 155 f., 168, 170,  
 173, 204 f., 221, 224–227, 236, 240,  
 244, 258, 260, 264–273, 277–281,  
 296, 303, 317, 319, 338, 352, 370,  
 384, 390, 399, 402 f., 423, 429, 432,  
 435, 467, 489, 505 f., 515, 533, 555,  
 561, 568, 575, 579, 584–587, 611,  
 614, 636, 689 ff., 698–703, 734,  
 768, 771–780, 802, 814, 834, 868 f.,  
 874, 882, 886, 902, 904, 906 ff.,  
 923, 939–943  
 Ammoniak 68, 72, 101, 136 f., 221, 227,  
 240, 259, 578, 622, 771, 806, 928  
 Amylase 87, 115 ff.  
 Amylopektin 536 f., 553, 557, 566, 632,  
 675, 694, 714 f., 717, 720, 937  
 Amylose 536 f., 553 f., 560, 631, 632,  
 642, 676 f., 694, 697, 714–720, 935,  
 937  
 Ananas 72, 182, 293, 321 f., 338, 384,  
 410–414, 425 f., 429, 431, 443,  
 445–449, 495, 583, 709, 860, 902,  
 943  
*Anas platyrhynchos* 165  
 Anchovis 215, 218, 242, 271, 273, 275 f.,  
 294, 682, 687 ff., 810  
 Angels' share 889  
 Angostura 898  
 Anis 293, 322, 368, 414, 456, 458, 460,  
 461, 469 f., 476 f., 481, 483–490,  
 504, 592, 602, 759, 806, 810, 896,  
 898  
 Anisette 896, 898  
 Annatto 40, 73, 461, 465, 495 f., 810  
*Annona* 442  
 Anschwitzen 335  
 Antarktische 210, 235  
 Anthocyane 313 f., 316 f., 325, 327 f.,  
 345, 352, 355, 357–360, 364, 366,  
 372, 377, 381, 386 f., 391, 393, 396,  
 411, 416, 418, 421–428, 431, 433,  
 435, 438 f., 444, 457, 473, 534, 554,  
 561, 569, 647, 813, 845, 851, 859  
 Anthoxanthine 313 f., 327 f.  
*Anthriscus cerefolium* 474 f.  
 Antibiotika 138, 149, 213  
 Antihafbeschichtung 918, 920  
 Antioxidanzien.  
*Siehe auch unter den spezifischen*  
*Antioxidanzien.* 2, 43, 91, 170, 193,  
 276, 296, 298 ff., 313 f., 331 f., 359,  
 372, 378, 381, 393, 411, 422, 425,  
 430, 433, 439, 462, 506, 509, 526,  
 569 f., 588, 619, 768, 821, 829, 830,  
 838, 872, 946  
*Antiquitates Culinariae* 83, 115, 592  
 Antoniusfeuer 550  
 Aperitif 885, 894, 898  
 Apfel 55, 198, 205, 291, 293, 305, 314 ff.,  
 319 ff., 323, 328, 330, 336 f., 342,  
 347 f., 363, 365, 369, 379 f., 384,  
 396, 407 f., 410 ff., 428, 446, 451 f.,  
 495, 526 f., 590, 647, 651, 726 ff.,  
 787 f., 801, 841, 860, 874, 876, 881,  
 886, 891 ff., 902, 938  
 Apfelessig 902  
 Apicius 82, 199, 250, 266, 279 f., 291,  
 294, 326, 328, 597, 681 ff., 899  
*Apis mellifera* 773 f.  
*Apium graveolens* 361, 367 f., 474 f.,  
 483 f.  
 Appenzeller (Käse) 12  
 Appert, Nicholas 208, 279, 349  
 Applejack 886  
 Aprikose 293, 315, 320, 325, 340, 407,  
 410, 416 ff., 446, 593 f., 651, 892  
*Aqua vitae* 883 f.  
 Aquakultur 210 ff., 219, 226, 228 f., 233,  
 235, 238, 259 f., 262, 397  
 Aquavit 484, 883, 891, 898  
 Arabinoxylane, in Roggen 551  
*Arachis hypogaea* 567, 598

- Arakacha** 358  
**Arctium lappa** 359  
**Argania spinosa** 591  
**Arganöl** 591  
**Aristoteles** 607, 769, 883  
**Armagnac** 840, 884, 889, 891 f.  
**Armillariella** 405  
**Armoracia rusticana** 374, 489  
**Armour, Philip** 143  
**Arnaldus de Villanova** 883  
**Arracacia xanthorrhiza** 358  
**Artemisia absinthium** 898  
**Artemisia dracunculus** 481  
**Artischocke** 292 f., 301, 308, 331, 350, 358 f., 369, 379, 381 f., 472, 736  
**Artocarpus** 443  
**Asant** 461, 483 f.  
**Ascorbinsäure.** *Siehe* Vitamin C  
**Ashanti-Pfeffer** 502  
**Asien.**  
*Siehe auch die spezifischen Länder*  
 9 ff., 26, 52 f., 55, 59, 81, 139, 160, 162 f., 208, 212, 222, 224, 229, 233, 260, 270, 273 ff., 281, 291 ff., 341, 343, 345 f., 356 ff., 363 f., 366, 368 f., 372 ff., 378 f., 381, 387 ff., 391 f., 395, 397, 399, 403 f., 411 f., 415 ff., 423, 425, 426 ff., 430 f., 433 f., 436, 439, 441 f., 444, 449, 452, 467, 469 f., 472 f., 475 ff., 483, 485, 487 ff., 495 ff., 502, 507, 511, 515, 529 ff., 539 ff., 549, 551 ff., 559, 565 ff., 571, 574 f., 577 ff., 582, 585, 592, 595, 597 ff., 605, 640, 674, 683, 712 f., 720, 730, 754, 757 f., 781, 792, 800, 806, 841, 845, 862 f., 877 f., 886, 902  
**Asparagopsis** 399  
**Asparagus officinalis** 366  
**Aspartam** 771 ff.  
**Aspergillus** 16, 202, 278, 462, 543, 582, 585, 633, 790, 862, 878 ff.  
 - *oryzae* 558, 584  
**Aspik** 253, 258, 346, 359, 678, 682 f., 695, 700, 708, 710  
**Astaxanthin** 228, 233, 258  
**Astragalus** 800  
**Atemoya** 442  
**Ätherisches Öl** 455 f., 469 f., 473, 476 f., 482 ff., 496, 500, 507, 867, 868, 883, 898  
**Atom** 6, 23 f., 75, 77, 90, 98, 101, 104, 121, 154, 173, 204, 216, 226, 278, 298, 300, 312 f., 321, 325 f., 371, 389, 393, 402, 456 ff., 478, 497, 513, 579, 692, 748, 762, 764, 767, 808, 834, 906–911, 917 ff., 921, 924–941, 944–952  
**Aubergine** 289, 292 f., 316, 323, 335, 343, 350, 383, 387, 591  
**Aufgehen.**  
*Siehe auch spezifische Backtriebmittel*  
 114, 123, 129 ff., 557, 606, 609, 621 ff., 628 ff., 634 ff., 639, 642 f., 646, 648, 650 f., 778, 788, 791, 934  
**Aufrahmen** 20, 26, 32, 35  
**Augen** 72, 140, 179, 240, 256, 259, 262, 296 ff., 301, 303, 311, 313, 316, 327, 352, 363, 393, 491, 563, 583, 595 f., 681, 759, 769, 803, 805, 859, 885, 887  
**Augenbohnen** 291, 391, 577 f.  
**Auricularia** 405  
**Auster** 210 f., 214, 217 ff., 261 ff., 266 ff., 279, 282  
**Avena sativa** 551  
**Averrhoa carambola** 449  
**Avidin, in Eiweiß** 89  
**Avocado** 291, 293, 305, 320, 323, 392 f., 410 f., 447, 477  
**Avocadoblatt** 460, 477  
**Awonori** 398
- B**  
**Baba ghanoush** 387, 591  
**Bacillus** 462  
 - *cereus* 534, 557  
 - *subtilis natto* 587  
**Backen.**  
*Siehe auch* Backofen 42, 45, 57, 92, 104, 108, 110, 112, 114 f., 118 f., 124, 128, 130 ff., 201, 248 ff., 284, 330 f., 334 ff., 356, 363, 369, 388,



- 395, 413, 414, 422 f., 443, 448, 531, 541, 544 f., 547 f., 551 f., 557, 559, 565, 578, 604, 606 ff., 614 f., 618 f., 621 ff., 638 ff., 652–666, 674, 729, 755, 777–780, 785, 788, 790, 792, 820, 822, 905, 907 f., 911, 913, 915, 918 f., 927
- Backpulver** 427, 604, 609, 621, 623 f., 641, 646, 649, 807
- Bacon, Francis** 392, 886
- Bagel** 273, 604, 613, 636 f., 639 f.
- Baked Alaska** 128
- Baked Beans** 573, 788
- Baklava** 379, 662, 763, 777
- Bakterien.**  
*Siehe auch die spezifischen Bakterien*  
2 f., 7, 13, 16, 18 ff., 27, 29, 33 f., 39, 41, 43, 49, 51 ff., 62 ff., 66 ff., 72 f., 78, 86, 89 f., 95, 97, 101, 107, 135 f., 145 f., 149, 169 f., 172, 180, 183, 190 f., 201 ff., 207 f., 214, 217 ff., 221 f., 227, 238, 240 f., 243 f., 246, 248, 260, 269 ff., 287 f., 299 ff., 320, 339, 341 ff., 349, 358, 365, 399 f., 422, 440, 448, 463, 467, 501, 531, 533 f., 537, 540, 557, 567, 569 f., 572, 582 ff., 597, 626 f., 629, 633 ff., 637, 707, 710, 713 ff., 737, 741, 744, 748–751, 769, 775 f., 784, 808, 813 f., 833 f., 848–851, 854 f., 871, 876–882, 895, 899–904, 936, 938, 942
- Baladi** 638
- Ballaststoffe** 284, 296, 301, 506, 533, 541, 549, 569, 577, 579, 588, 602, 814 f., 938
- Balsamessig** 3, 424, 903 f.
- Bambussprossen** 302, 331, 350, 361, 369, 406
- Banane** 191, 250, 291, 314, 317 f., 321, 323, 335, 343, 371, 380, 392, 397, 408 ff., 413 f., 441 f., 444, 447, 496, 647, 726, 770, 860, 862, 874 ff., 881
- Band- und Saugwürmer** 220, 445
- Banh trang** 677
- Bannocks** 638
- Baobing** 638
- Bar Cookies** 666
- Barsch** 210 f., 214 f., 217 ff., 222, 225, 231 f., 234 f., 239, 241, 248, 684, 704
- Basella alba** 378
- Basen.**  
*Siehe auch* pH 94, 109, 313, 330, 345, 675, 920, 923, 927
- Basilikum** 290, 293, 307, 315, 322, 395, 447, 460, 463 ff., 469 f., 471, 485, 688, 727
- Basmatireis** 481, 554, 556, 561
- Bayonne** 204, 208
- Béarnaise** 481, 678, 687, 743
- Beccari, Giambattista** 613
- Béchamelsauce** 131, 255, 499, 685, 689, 723 f., 744
- Beef Wellington** 663
- Beeren.**  
*Siehe auch die spezifischen Beeren*  
24, 293 f., 299, 301, 304, 313, 315, 320 ff., 327 f., 338, 347, 382 ff., 386, 388, 407, 410, 414, 419 ff., 441, 443, 446, 448, 461, 478 ff., 490, 500 ff., 517 f., 561, 591, 603, 625, 647, 726, 736, 746, 826, 832, 841, 847, 860 f., 876 f., 892, 896
- Beid Hamine** 104
- Beignets** 645
- Beizen, Kräuter und Gemüse** 450, 466, 859
- Bénédictine** 777, 884, 896
- Benzaldehyd** 302, 377, 418 f., 422, 485, 593 f., 819, 860
- Benzoni, Girolamo** 810
- Berberitzen** 426, 726
- Bergamotte** 437, 440
- Beriberi** 532
- Bertholletia excelsa** 594
- Bestrahlung** 138, 172, 202, 210, 242, 439, 463 f.
- Beta vulgaris** 360, 378, 761
- Betacarotin** 87, 228, 258, 296, 300, 312 f., 332, 355, 357, 386, 388, 396, 411, 418, 426, 428, 435, 444, 449, 561, 929
- Betaine** 313 f., 378
- Betelpfeffer** 502
- Betula** 781

**Beurre**

- Blanc 43, 252, 684, 731, 737 ff
- Concentré 41
- Cuisinier 41
- Manié 721
- Monté 252, 739
- Noir 42 f., 738
- Noisette 42 f., 738
- Pâtissier 41

Bibel 285, 432, 471

Bienenwachs 323, 776

Bier 2, 12, 25, 117, 136, 189, 302, 489, 531, 551, 563, 565, 622, 643, 645, 696, 724, 769, 777, 789, 831–840, 842, 857, 861–879, 882–893, 899, 902, 905 f., 908, 911, 920, 952

Bières de garde 873

Bierwürze 863, 869, 875

Bifidobakterien 54

Biga 627

Bilimbi 449

Biltong 202

Bindegewebe 150, 151 ff., 157 f., 161 f., 168, 175 f., 178, 180 f., 186, 191, 194 ff., 200 f., 220, 223 ff., 227, 239, 245 ff., 249, 254, 258, 263, 265, 268 f., 296, 333, 693 ff., 698 f., 704, 706, 712, 940

Birkensirup 754, 757, 778, 780, 781

Birne 291, 293 f., 306, 310, 320 f., 328 f., 337 f., 342, 361, 390, 407 f., 410 ff., 442, 446, 451 f., 526, 569, 651, 788, 860, 874, 892

Biscotti 640 f., 666

Biskuit 114, 121, 123, 125, 131, 617, 640 f., 650 f., 654, 666

Bitterstoffe 252, 435, 521 ff.

*Bixa orellana* 495

Blähungen 359, 528, 570, 578 ff.

Blanchieren 180, 324, 363, 379, 573, 575, 700

Blattsalat 288, 292 f., 295, 305, 315 ff., 320, 371, 377 ff., 478, 783

Blaufisch 231, 245

Blauschimmelkäse.

*Siehe auch die spezifischen Sorten*  
 Blauschimmelkäse 67 f., 70, 72, 78, 892

Blei 137, 216

Blindbacken 658

Bloom, Oscar 711

Blüten 66, 134, 137, 205, 233, 273, 284, 289, 308, 311, 313, 321, 337, 344, 350 f., 373, 377, 379 ff., 388 f., 412, 419, 424, 432 f., 456, 467, 471, 478, 480 f., 489, 494, 505, 514, 524, 559, 563, 603, 618, 758, 762, 774–777, 781, 803, 806, 810, 812, 860, 896 f.

Blumenkohl 291 ff., 308, 313, 330, 350, 374, 376, 379, 382, 727

Blumenthal, Heston VIII, 3

Blutdruck 78, 218, 303, 751 f., 771

Blutzucker 726, 764, 769–772

Boccaccio, Giovanni 670

Bockshornklee 293, 395, 450, 461, 465, 468 f., 489 f., 730, 860

Bocuse, Paul 689

Bodensatz 517, 527, 715, 850, 853, 855, 880 ff., 892, 895

Boerhaave, Hermann 899

Boeuf à la mode 710

**Bohnen.**

*Siehe auch* Hülsenfrüchte 1, 17, 288 ff., 297, 299, 301 ff., 306, 313, 323, 328, 330, 342, 350, 360, 370, 390 ff., 479, 528, 530 f., 533, 535 f., 538 ff., 547, 567 ff., 598, 619, 667, 676, 691, 724, 862, 879

Bohnenkraut 199, 293, 460, 471, 474

Boisés 840, 889

*Boletus* 405

Bonbons. *Siehe* Süßwaren

*Borago officinalis* 478

*Borassus flabellifer* 781

Borden, Gail 27

Börek 662

Borretsch 294, 473, 478

*Botrytis* 320, 374, 854

Botulismus 145, 204, 207 f., 218, 277, 339, 349, 365, 463, 778

Boudin 198

Bouillabaisse 253, 494, 734

Bouillie 116 f., 131

**Bouillon.**

*Siehe auch* Brühen 252, 682–689, 700, 703, 705



- Boukha 892  
 Bouquet garni 465  
 Bourbon-Vanille 505 f.  
 Boussingault, Jean-Baptiste 631  
 Bouza 862  
 Bovine spongiforme Enzephalopathie (BSE) 147, 160 f.  
 Boysenbeere 420 f.  
 Boza 862  
 Bradley, Alice 811  
 Brandade 272  
 Brandteig 251, 380, 604, 608, 617, 645 f.  
 Brandy 100, 200, 761, 835, 885  
*Brassica* 361, 368, 374, 378, 382, 487  
 Braten 43 ff., 105, 138, 164, 169, 176, 179, 183 ff., 193, 197 ff., 244, 248, 250 f., 258, 284, 330 f., 334 f., 356, 361, 364, 395, 456, 534, 585, 660, 674, 676 ff., 684, 686, 688 ff., 702–707, 714, 721, 724 f., 730, 737, 739, 780, 802, 904–919, 924, 927  
 Brauner Senf 374, 377, 487  
 Bräunungsreaktion.  
   *Siehe auch* Maillard-Reaktionen 43, 173, 331, 334, 336, 353, 403, 414, 420, 423, 427, 432, 467 f., 489, 500, 503 ff., 520, 525, 538, 555, 558, 564, 583, 585, 603, 625, 629, 631 ff., 639, 647, 653 f., 658, 691, 703, 722 ff., 768, 771, 777–780, 788, 792, 800, 802, 819, 840, 856, 866, 869, 872, 904–908, 930, 939  
 Breiapfelbaum 807 f.  
 Bresaola 202  
*Brettanomyces* 850, 877  
 Brezel 636 ff.  
 Brie 12, 61 f., 64, 68  
 Bries 147, 195  
 Brillat-Savarin, Jean Anthelme 2, 4, 62, 156, 165, 211, 688  
 Brioche 617, 636 f., 860  
 Brisse, Baron 292  
 Brokkoli 291 ff., 299, 307 f., 311, 320, 350, 368, 370, 374 ff., 379, 382 f.  
 Brombeere 410, 419 ff., 424, 446  
 Bromverbindungen, in Krustentieren 258  
 Brot 540 ff., 604 ff., 654, 670, 673 f., 679, 681, 683 f., 744, 748, 752, 769, 778, 834, 861 f., 906, 913, 919, 924, 927, 937, 952  
 Brunnenkresse 374, 480  
 Brunschwygk, Hieronymus 883  
*Bubalus bubalis* 10  
 Buchweizen 425, 481, 534, 543, 545, 565 f., 642 f., 675, 775, 777  
 Büffel 9 ff., 14, 19, 72, 165  
 Büffelmilch 11, 20 f., 24, 43, 63  
 Bulgur 546, 549  
 Bündnerfleisch 202  
 Buntbarsche 232, 234, 239, 704  
 Bunyard, Edward 413  
 Burbank, Luther 419  
 Burfi 30  
 Butanol 887  
 Butler, Samuel 81  
 Butter 7 f., 10 ff., 19 f., 23 f., 26, 32, 38 ff., 53 f., 56, 62, 73, 83, 100, 105 f., 108, 110, 115 ff., 129, 131 ff., 205, 209, 252, 255, 258, 271, 273, 275, 277, 295, 327, 353 f., 363, 404, 427, 448, 496, 524, 527, 556, 581, 591, 608, 610, 615, 636 ff., 644 f., 647 ff., 651, 656–666, 678 f., 683–696, 702, 704 ff., 721–724, 730, 736–240, 742–748, 763, 768, 785 ff., 793, 798, 800–805, 810 f., 850, 860, 907, 932, 934, 952  
 Butterfisch 221  
 Butterkaramell (Toffee) 24, 30, 42, 49, 763, 798, 801, 804, 819, 907  
 Buttermilch 7, 12, 40, 52 f., 54, 56 ff., 181 f., 614, 624, 632, 634, 641 f., 649  
 Byssusfäden 262, 265 ff.
- C**
- Cabbage Cream 36  
 Cabernet Sauvignon 386, 845, 860 f.  
 Cabot, John 292  
*Cairina moschata* 165  
*Calamintha nepta* 472  
 Clafoutis 418  
 Calvados 890 ff.

- Calvatia* 405  
 Calvel, Raymond 626, 663  
 Calvino, Italo 60  
*Camellia sinensis* 511  
 Camembert 64, 67 ff.  
 Campari 898  
*Camponotus* 776  
*Candida* 59, 207, 834, 849  
*Candy Cook Book* (Bradley) 811  
*Canna* 720  
 Cannabinoide 830  
 Cantal 70, 75  
 Cantaloupe 410, 429, 447  
*Cantharellus* 405  
 Canthaxanthin 87, 228, 258  
*Capparis spinosa* 478  
*Capra hircus* 10  
 Capsaicin 288, 383, 386, 458 ff., 490 ff.,  
 497, 501, 503  
 Capsanthin 312, 386  
*Capsicum* 383, 386, 490 ff.  
 Capsorubin 312, 386  
 Carême, Antonin 108, 128 f., 167, 292,  
 327, 678, 685–689, 743 f.  
*Carica* 445  
 Carne seca 202  
 Carnobakterien 207  
 Carotinoid.  
     *Siehe auch* Beta-Carotin 258, 299 f.,  
     312 f., 316, 319, 324 f., 332, 352,  
     356, 358, 377, 381, 384 ff., 393,  
     396 ff., 411, 414 ff., 421, 424, 426,  
     430, 435, 442, 444 ff., 449, 491,  
     495, 514, 547 f., 603, 729, 929  
 Carta di musica 638  
*Carum carvi* 483 f.  
 Carver, George Washington 598  
*Carya illinoiensis* 599  
 Casein 17 ff., 21 ff., 27, 29, 33, 35, 43,  
 51, 56 ff., 63, 65 f., 68, 72, 74 ff.,  
 449, 800, 803  
 Cashew 444, 495, 503, 589, 594, 600  
 Cassis 423, 896  
*Castanea* 595  
 Cathepsin 168  
 Cato 203  
*Caulerpa racemosa* 398  
 Cedrat (Zitronatzitrone)
- Cervelat 207  
 Champagner 843, 850, 852 ff., 862, 865  
 Champlain, Samuel de 562  
 Chapati 606, 638  
 Chapel, Alain 689  
*Charaka-Sambhita* 837  
 Chardonnay 56, 845, 853, 860  
 Charqui 202  
 Chartreuse 471, 496, 884, 896 f.  
 Chaucer, Geoffrey 759, 915  
 Chauds-froids 710  
 Chawanmushi 110  
 Chayote 388, 390  
 Cheddar 62, 66, 69 f., 73 ff., 78, 496  
*Chenopodium ambrosioides* 479  
*Chenopodium quinoa* 566  
 Cherimoya 410, 442, 447  
 Chermoula 465  
 Cheshire-Käse 62, 70, 75  
 Chhü 582, 862, 878 f.  
 Chi dou 578  
 Chiang 582  
 Chicha 862  
*Chicken Book* (Smith and Daniel) 84  
 Chicle 591, 807 f.  
 Chicorée 317, 372 f.  
 Child, Julia 2  
 Chili 243, 275, 288, 291 ff., 297, 299,  
 312, 317, 342, 344, 383, 386, 450,  
 452, 458 ff., 465, 468 f., 489 ff.,  
 490 ff., 497, 501, 503, 582  
 China 10, 12, 17, 81, 83, 92, 101, 106,  
 136, 146, 162, 164, 192, 229, 254,  
 267, 270, 274, 282, 297, 355, 359,  
 377, 391, 397 f., 400 f., 406, 415 ff.,  
 424 ff., 434, 436, 438, 441, 465,  
 473, 475, 479, 485 f., 490, 496 ff.,  
 503 f., 508, 510 f., 514 f., 538, 548,  
 552 ff., 565 f., 569, 571, 575, 577 ff.,  
 595, 598, 601, 603, 611, 638, 640,  
 679 f., 727, 730, 810, 896  
 Chinakohl 342, 374, 378  
 Chinarestaurant-Syndrom 400  
 Chinesische Wassernuss 331, 359 ff., 369,  
 720  
 Chitin 257, 301, 402 f.  
 Chiu 831, 877 ff.  
 Chlodnik 29

- Chlordioxid, bleichen von Mehl mit 621, 649  
 Chlorgas 619, 621, 649, 945  
 Chlorophyll 156, 287, 299 f., 305, 311 ff., 325 ff., 330, 333, 339, 353, 356, 386, 391, 396 ff., 424, 430, 435, 481, 516, 558, 569, 577, 601, 603, 929, 942  
 Chlorophyllase 326  
 Chloroplasten 305 f., 308, 312 f., 326, 339, 372, 396  
 Cholera 217, 304  
 Cholesterin 13, 15, 44 f., 54, 77, 80, 88 f., 91 f., 144, 195, 216, 298, 301, 381, 385, 462, 509, 533, 550, 552, 570, 597, 740, 752, 829, 838, 929, 935  
*Chondrus* 398  
 Chorizo 207  
 Chow fun 677  
 Chromoplasten 306  
 Chuño 340  
 Churchill, Winston 885  
 Chymosin 22, 65 f.  
 Ciabatta 626  
*Cicer arietinum* 567 f., 576  
*Cichorium* 372 f.  
 Cider, Cidre 412, 414 f., 841, 893  
 Ciguatera (Fischvergiftung) 218 f.  
*Cinnamomum* 507  
 Citronellal 460 f., 471, 480, 503  
*Citrullus lanatus* 388, 430  
*Citrus aurantifolia* 438  
*Citrus aurantium* 438, 480  
*Citrus grandis* 438  
*Citrus hystrix* 441, 480  
*Citrus junos* 441  
*Citrus latifolia* 438  
*Citrus limon* 438  
*Citrus maxima* 436  
*Citrus medica* 436, 438  
*Citrus paradise* 438  
*Citrus reticulata* 436, 438  
*Citrus sinensis* 438  
*Cladophora* 399  
*Claviceps purpurea* 550  
*Clostridium botulinum*.  
     *Siehe* Botulismus  
 Clotted Cream 32 ff.
- Cocos nucifera* 595  
*Coffea arabica* 518  
*Coffea canephora* 518  
 Cognac 840, 884, 889, 891 f., 898  
 Cointreau 896 f.  
 Colby (Käse) 70, 75  
 Colin, Joseph 279  
*Collocalia* 712  
*Colocasia esculenta* 356  
*Columba livia* 165  
 Columella (Lucius Iunius Moderatus) 60, 487  
*Commifera molmol* 898  
 Comté (Käse) 62, 64, 70 f.  
 Conche 811, 815, 823  
 Conchieren 815 ff.  
 Confit 174, 208 f., 335  
*Confiturier françois, Le* 761 f.  
 Consommé 252, 683, 685, 688, 702, 710  
*Cook Wise* (Corriher) 2  
 Coors 865  
*Coprinus* 405  
 Coq au vin 706  
 Corail 260  
*Coriandrum sativum* 474 f., 483 f.  
 Corn Nuts 561  
 Corned beef 139, 173, 203, 206  
 Corriher, Shirley 2  
 Cortez, Hernando 809  
*Corylus* 597  
 Cotognata 416  
 Coulis 683, 685  
 Couscous 546, 549, 565, 605, 673 f.  
 Cranberry 299, 410, 421 f., 426, 446, 726  
*Craterellus* 405  
 Crema 509, 522  
 Creme 35, 79, 687, 731, 839  
 Crème Anglaise 82 ff., 108, 113 ff., 133  
 Crème Brûlée 111 ff., 927, 942  
 Crème Caramel 108 f., 111 ff., 795  
 Crème de Cacao 896  
 Crème de Menthe 896  
 Crème fraîche 7, 34, 53 f., 56 ff., 658, 737  
 Crème Pâtissier  
     *Siehe auch* Konditorcreme 116, 661, 710  
 Crêpe 566, 572, 604, 617, 641 ff.

Creutzfeld-Jakob-Krankheit (CJK) 147  
 Crocin 495  
*Crocus sativus* 494  
 Croissant 604, 655, 662 f.  
 Cronon, William 148  
 Crowell, Henry 552  
 Crumpets 604, 643 f.  
*Cryptotaenia* 474, 476  
*Cucumis* 388, 428, 430  
*Cucurbitae* 387 ff.  
 Cumarin 303  
 Cuminaldehyd 461, 485  
*Cuminum* 483, 485  
*Cuoco Napoletano* 134  
 Curaçao 896  
*Curcuma* 498  
 Curds 101, 117  
 Curry 460, 478, 678, 730  
 Cyanid 288, 356  
*Cyclospora* 304  
*Cydonia oblonga* 415  
*Cymbopogon citratus* 479  
*Cynara* 369, 381  
*Cyphomandra betacea* 383  
 Cystein 246, 940  
 Cytochrome 153  
 Cytoplasma 305, 314

## D

Daikon-Rettich 299, 341, 361  
 Dal 534, 576 ff.  
 Dampf 13, 31 f., 99, 106, 114, 132, 187, 189, 191 f., 253 f., 324, 330, 332 ff., 355 f., 413 f., 466, 505, 519, 522 f., 526, 544, 555, 562, 629 f., 639, 652, 656 f., 660 f., 668, 673–677, 683, 694, 703, 705, 747, 783, 840, 851, 878, 883, 886–890, 897, 907, 913 ff., 923, 925 ff., 934, 950 f.  
 Daniel, Charles 84  
 Darren 866, 870  
 Dashi 278, 398 f., 583  
 Dattel 293, 299, 432, 447, 756, 781, 841, 899  
*Daucus carota* 357  
 David, Elisabeth 41  
 Delessert, Benjamin 761  
 Demerara Zucker 786  
 Demi-glacé 701 ff.  
 Denaturierung 23, 50, 56, 119, 121 f., 133, 174 ff., 228, 241, 356, 574, 729, 923, 940–943  
 Desem 627  
 Desoxyribonukleinsäure.  
*Siehe* DNA  
 Desoxyribose 935  
 Destillieren 685, 883 f., 893  
 Deutsche Sauce (Sauce Allemande) 686 f.  
 Deutschland 13, 15–18, 25, 40, 44, 259, 272, 276, 343 f., 413 f., 509, 524, 551, 594, 609, 618 f., 623, 635, 644, 650, 655, 671, 712, 761, 773, 815, 820 f., 842–845, 855, 857, 862–867, 872 f., 884, 892  
 Dextrine 791, 869, 872  
 Dextrose.  
*Siehe* Glucose  
 Dhokla 572  
 Dhungar 468  
 Diabetes 301, 532, 768 f.  
 Diacetyl 41, 56 f., 66, 527, 587, 766, 803, 850, 860, 902, 907  
 Diaz del Castillo, Bernal 809  
 Dibs 524  
 Dicke Bohnen (Ackerbohnen).  
*Siehe* Favabohnen  
 Dickens, Charles 884  
*Dictyopteris* 399  
 Digby, Kenelm 38  
 Digestif 894, 898  
*Digitaria* 565  
 Dill 273, 293, 460, 462, 473 ff., 476, 484 f., 499  
 Dillsamen 461, 483, 485  
 Dimethylamine (DMA) 227  
 Dinkel 546 f.  
 Dinoflagellaten 218  
*Dioscorea* 357  
*Diospyros* 426  
*Diphyllbothrium latum* 220  
 Disperse Phase 692, 694, 731, 735 f.  
 Dispersionen 694 ff., 722, 731, 736, 746  
 Distel 66, 71, 381, 775, 932

- DNA 81, 86, 144 f., 172, 220, 242,  
297 ff., 370, 378, 462, 506, 707,  
908, 911, 935
- Doldenblütler 307, 350, 357 ff., 367 ff.,  
450, 474 ff., 482 ff., 898
- Dou fu pi 580
- Dragées 763, 805, 810
- Drambuie 777, 898
- Dressing 57, 339, 371, 373, 378, 690,  
691, 724, 731, 742, 745 f., 768
- Dunlop, Fuchsia 400
- Durian 442 ff.
- Durio zibethinus* 442
- E**
- E. Coli* 2, 145 f., 172, 304
- Eaux de vie 891 f.
- Echter Eibisch 806
- Éclairs 645
- Edamame 571, 580
- Edelfäule 68, 562, 843, 854, 856
- Eggah 112
- Eiche 405, 839 f., 844, 851 f.
- Eier.  
*Siehe auch* Fischeier 79 ff., 651–671,  
674, 678, 683–696, 703, 705 ff.,  
736, 739–745, 755, 793, 806, 821,  
823, 915, 920, 924, 927, 941 f.
- Eigelb 87 f., 651, 658 ff., 665, 671, 675,  
681–687, 696, 706, 730 ff., 734 ff.,  
739–748, 935
- Einarbeiten von Luft in Teigmassen 634,  
648, 651, 659, 661
- Einfrieren 46 ff., 96, 170 ff., 202, 219,  
225, 240 ff., 258 ff., 282, 323 ff.,  
338, 356, 422, 425, 581, 590, 634,  
726, 779 f., 808, 886, 926
- Einkorn 529, 545 ff.
- Einlegen in Salzlake 12, 40, 47, 59 f., 65,  
67, 69 f., 203 ff., 248, 271 ff., 277,  
282, 341, 344 ff., 454, 478, 582 ff.,  
590
- Einweichen 540, 555 f., 564, 567, 570 f.,  
573, 584, 866, 879
- Eis 170, 222 ff., 238 ff.
- Eiscreme 13, 20, 23, 32, 45 ff., 128, 338,  
443 f., 507, 524, 602, 644, 712, 791,  
810, 828, 914
- Eisen 14 f., 89 ff., 103 f., 143 f., 153 ff.,  
195, 204, 328, 353, 361, 539, 542,  
569, 577, 757, 762, 799, 905, 912,  
918–922, 924, 926, 945
- Eiswein 854
- Eiweiß 17, 86, 89, 94, 105, 120, 126,  
136 f., 188, 252, 255, 586, 617, 703,  
740, 800, 851
- Elastin 151
- Elefantenrüsselmuschel 265
- Elektrische Ladung 272, 347, 503, 709,  
719, 748, 805, 909 f., 925, 944–950
- Elektromagnetisches Spektrum 910 f.
- Elektronen 767, 805, 909–912, 917, 921,  
924 f., 929, 939, 945–949
- Eleocharis dulcis* 359
- Elisabeth die Erste, Königin von England  
654, 769
- Emaillageschirr 919
- Emmentaler (Käse) 64, 67, 69, 72, 75
- Emulgatoren 20, 45, 49, 58, 62, 97, 133,  
564, 570, 590, 602, 614, 632, 637,  
648
- Emulsionen 45, 199, 252, 337, 468, 488,  
522, 651, 654, 665, 678, 695 ff.,  
711, 732–736, 739–747, 816, 822,  
923, 934 ff.
- Encyclopédie* 68, 120, 810
- Endivien 372 f.
- Endosperm 530, 541 f., 548 ff., 552,  
554 ff., 560, 562 f., 566, 568, 588,  
595 f., 601, 618 f., 671, 718, 866 f.
- England 3, 32, 33, 35, 39, 46 f., 82 f.,  
106, 113, 134, 292, 294, 358, 392,  
413, 422, 426 ff., 494, 497, 411,  
551, 601, 605, 608 f., 627, 641, 660,  
678, 684, 686, 688, 750, 758–763,  
769, 789, 810 f., 815, 819, 842, 856,  
863 ff., 869, 884
- Ente 156, 164, 582
- Enterobacter* 877
- Enteromorpha* 398
- Enteropathie 533
- Entzündungsreaktionen 218, 299, 838
- Enziane 898

- Enzyme** 7, 15 ff., 20 ff., 51, 57, 59 f.,  
 63 ff., 89 f., 116, 153 ff., 158,  
 167 ff., 172, 178, 182, 185, 191,  
 204, 207 f., 221 f., 225 ff., 229, 236,  
 238, 240 ff., 246 ff., 256 ff., 271 ff.,  
 276, 278, 281, 288, 296 ff., 302,  
 305, 310, 314 f., 318 ff., 331 f.,  
 336 f., 339 f., 344, 349, 351 f., 356,  
 358, 362 f., 365, 372, 375 ff., 385,  
 389, 396, 402 ff., 407, 409 ff., 413 f.,  
 416, 423, 429, 432, 436, 438, 442,  
 445, 448 f., 468, 478, 486, 488 f.,  
 505 f., 508, 510 ff., 535, 537 ff., 548,  
 552 ff., 572, 579 ff., 594, 599, 602,  
 620 ff., 627, 634 ff., 672, 707, 709,  
 726, 728 f., 764 f., 769, 775–778,  
 789 ff., 814, 819, 834 f., 838, 845,  
 849, 862, 866–882, 897, 908, 933,  
 937, 941–947
- Epidermis** 223, 306 ff., 320, 541
- Epoisse (Käse)** 67, 70
- Eragrostis tef** 565
- Erbsen.**  
*Siehe auch* Hülsenfrüchte 290 ff.,  
 306, 320 f., 326, 350, 366, 387,  
 390 ff., 528, 531, 535 f., 567 ff., 599,  
 724, 776, 860
- Erdbeere** 293, 301, 304, 321 f., 382, 384,  
 410, 414, 419, 425 f., 433, 446, 561,  
 603, 726, 826, 860
- Erdnussbutter** 598 f., 694, 729
- Erdnüsse** 506, 531 ff., 568 f., 574, 587,  
 589 f., 598 f.
- Erdnussöl** 599, 932
- Erhebungen.** *Siehe* Höhenmeter über dem  
 Meeresspiegel
- Eriobotrya japonica** 416
- Ernährung** 3, 7, 9, 15, 17, 63, 77, 91, 138,  
 140 ff., 156, 165, 214 ff., 262, 265 f.,  
 286, 292 f., 296 ff., 331, 375, 387,  
 451, 454, 509, 530, 532, 540, 543,  
 559, 567, 597, 606, 682, 707, 714,  
 752, 755, 762, 779, 83, 921, 931,  
 933
- Erwinia** 320
- Eryngium foetidum** 474
- Escabeche** 279 f.
- Escherichia coli.** *Siehe* E. coli
- Escoffier, Auguste** 82, 106, 188, 678,  
 685–689, 723, 743
- Escolar** 221, 232
- Espagnole (Sauce)** 686 f., 723
- Espresso** 509, 517 ff., 747
- Essenzen** 448, 678, 684 ff., 688 f., 805,  
 847, 882, 885, 892, 903, 937
- Essigsäure** 66, 101, 135, 277, 279, 342,  
 344 f., 365, 413, 455, 467, 526 f.,  
 634, 766, 787, 813 f., 819, 860, 877,  
 899–904, 907, 926
- Ester** 24, 72, 173, 205, 221, 319, 321, 346,  
 396, 413, 415, 424, 429 f., 435, 438,  
 444, 447, 506, 585, 766, 805, 860
- Estragon** 293, 414, 457, 460, 465, 470,  
 475, 481 f., 485, 687, 743, 777
- Estratto** 729
- Etudes sur le vin (Pasteur)** 843
- Eugenol** 418 f., 425, 441 f., 448, 457,  
 460 f., 470, 496, 503, 508, 525, 839
- Europa.**  
*Siehe auch die einzelnen Länder* 9,  
 12 f., 24 f., 40 f., 45, 47, 53, 60, 62,  
 77, 85, 94, 145, 149, 161 ff., 166, 207,  
 212, 219, 233 f., 237, 260, 267 f.,  
 270, 274, 291, 293 f., 342 f., 345,  
 352, 354 f., 357, 378 f., 382 f., 385,  
 389, 402, 404, 412, 415 f., 421, 423,  
 425, 431, 434, 439, 441, 452, 470,  
 472, 475, 481 f., 484, 486 f., 489 ff.,  
 497 ff., 502, 511, 517, 531, 540, 546,  
 553, 559 f., 565, 567, 575 ff., 592 f.,  
 595, 597, 601, 603, 605, 608 f., 613,  
 619 f., 637, 657, 662, 670, 674, 678,  
 680–689, 710 f., 719, 755, 757–761,  
 767 f., 773, 778 f., 783, 788, 790,  
 807–811, 819, 822, 839–846,  
 863–876, 883–887, 893, 919
- Evelyn, John** 292, 295
- F**
- Fagopyrum esculentum** 566
- Fairchild, David** 358
- Faisandage** 165, 167
- Faraday, Michael** 946

- Färberdistelöl 932  
 Farmer, Fannie 2, 648  
 Farne 303  
 Faro 876 f.  
 Farro (Emmer) 547  
 Fasan 153, 164 f.  
 Favismus 303, 575  
 Feigen 293, 320, 340, 371, 382, 407, 410,  
 431 ff., 443, 445, 769, 841, 893  
*Feijoa sellowiana* 443  
 Feijoa 443, 495  
 Feldsalat 379  
 Felsenbarsche 234  
 Fenalår 202  
 Fenchel 83, 293 f., 350, 367 ff., 460, 465,  
 469, 471, 474 ff., 483 ff., 585  
 Fenchelpollen 486  
 Fenchelsamen 461, 465, 482, 485 f.  
 Fermentation 10, 18, 51 ff., 68, 207,  
 270 ff., 277, 284, 302, 340 ff., 415,  
 440, 505, 511, 548, 572, 581, 584 f.,  
 604, 626 ff., 633, 679, 691, 737, 772,  
 790, 813 f., 832 ff., 854, 864, 902, 942  
 Fernet Branca 898  
*Ferula* 483  
 Fesenjan 601  
 Feststoffe 516, 519 ff., 580, 596, 656 f.,  
 728, 738, 799, 802–805, 817, 821,  
 839, 850, 868, 869, 879, 882, 902,  
 909, 944, 949 ff.  
 Feta (Käse) 11, 59, 69 f.  
 Fett.  
     *Siehe auch* Butter; Cholesterin;  
     Lipoproteine; Öle; Backfett 5, 10, 14,  
     18 ff., 24, 26 f., 32 f., 35, 37 ff., 49,  
     51, 57, 61, 63, 72 ff., 83, 88 ff., 98,  
     121, 123, 127, 129, 132, 138 f., 142,  
     145, 149 ff., 161 ff., 170, 177, 179 ff.,  
     186, 188 f., 192 ff., 215, 220, 223 f.,  
     233 ff., 244 ff., 254, 258, 264, 270,  
     278, 280, 307, 312, 325, 330, 332,  
     338, 353 f., 363, 392, 396, 420, 491,  
     495 f., 506 f., 532, 543, 562, 569,  
     572 f., 578 ff., 586, 588 ff., 595 f.,  
     599 f., 603, 606, 616 ff., 620 f.,  
     636 f., 641, 643, 645 ff., 651–665,  
     671, 679 f., 690–696, 700 ff., 705 ff.,  
     714, 718, 721 f., 724 f., 729–747,  
     751, 755, 766, 768, 779, 785 f., 793,  
     800–830, 834, 837, 847, 854, 872,  
     874, 881, 887, 897–901, 910, 915,  
     923–938, 946, 948, 950 ff.  
 Fettarme Milch 31, 58  
 Fettsäure 91, 221, 379, 488, 601 f., 718,  
 729, 818, 830, 834, 872, 890, 892,  
 921, 923, 930–936  
*Ficus carica* 432  
 Filoteig 604, 655, 662  
 Fines herbes 465, 475, 481  
 Fingernägel und Gelatine 711  
 Finnwal-Milch, Inhaltsstoffe 14  
 Firig 549  
 Fisch.  
     *Siehe auch* Schalentiere; spezifische  
     Arten 210–255  
 Fischeier 224, 280–283  
 Fischköpfe 224  
 Fischmilch 280  
 Fischöle (Trane 45, 210, 214, 221, 276  
 Fischpaste 250, 255  
 Fischsauce 82, 199, 274–276, 679, 681 f.,  
 689, 697 ff.  
 Flachs 395  
 Fladenbrot 356, 540, 546, 550, 565–567,  
 576, 606, 608, 625, 637–639, 681  
*Flammulina velutipes* 405  
 Flan 110  
 Flaschenkürbis 388, 390  
 Fleer 808  
 Fleisch.  
     *Siehe auch* spezifische Fleischsorten/  
     stücke 138–209  
 Fleur de sel 751  
 Fliegende Fische 231, 283  
 Flossen, Haifisch 271, 712  
 Flossenblätter 231  
 flüchtige Verbindungen, in Spirituosen  
     887 f.  
 Flügelgurke 388, 390  
 Flunder 210, 215, 232, 236–238  
 Flüssigkeiten.  
     *Siehe auch* spezifische Flüssigkeiten 8,  
     99 f., 107, 181, 189, 252, 258, 279,  
     301, 311, 669, 680, 683, 691 ff., 698,  
     708–713, 720–753, 756 f., 773, 782,  
     831–904, 909–914, 926 ff., 951



Flusskrebse 256, 258–260  
 Flying Fortress 50  
 Focaccia 638  
*Foeniculum vulgare* 368, 474, 476, 483, 486  
 Foie gras 138, 196, 200 f., 208, 746  
 Folsäure 195, 296, 378, 569, 588  
 Fondant 760, 785, 793 ff., 798, 800, 804–807  
 Fonds 197, 223, 252 f., 338 f., 357, 400, 501, 686, 689, 699–710, 723, 741  
 Fonduta 75  
 Foniohirse 543, 565  
 Fontina (Käse) 70, 75  
 Forelle 210, 212, 214–217, 222, 225 f., 228, 230–233, 241, 244, 283, 684  
*Forme of Cury, The* 294  
*Fortunella* 441  
*Fragaria* 425  
 Framboise 877, 892  
 Frangelico 896  
 Frankfurter Würstchen 199  
 Frankreich 2 f., 12, 26, 32, 34, 41, 44, 46 f., 55, 57, 60, 62, 64, 68, 77, 84, 101, 106, 115, 125 f., 133 f., 160–164, 167, 190, 200, 204, 208, 253, 270, 278, 291, 294, 359, 364, 387, 395, 401, 413 f., 423, 425, 448, 474, 494, 507, 509, 517, 595, 601, 603, 609, 627, 633, 643 f., 657, 663 f., 680, 683–688, 702, 706, 723, 749, 751, 759–764, 803, 806, 810, 824, 841–853, 884, 892, 898 f.  
 Freie Radikale 298, 873  
 Frikassee 32, 706, 721  
*Frijol* 575  
 Frikke 549  
 Frittata 112  
 Frittieren 138, 164, 188 f., 250 f., 916, 935  
 Frosting 793  
 Fruchtgummi 713, 806  
 Fructose 352, 357, 358 f., 362, 364, 427, 622, 709, 754, 762, 764–781, 786–791, 799, 803, 845, 848, 859, 897, 938  
 Frühlingsweizen 618  
 Frühlingszwiebel 362, 364, 376

Frühstücksspeck (Bacon) 197

Fry and Sons 811

Ful medames 575

Fuller, Thomas 864

Fumets 252, 705

Fumonisin 534

Funa-zushi 275

Fungi.

*Siehe auch* Schimmel; Pilze; *spezifische Pilze* 401

Fungizide 303

*Fusarium moniliforme* 534

*Fusarium venenatum* 406

Fusel 887–892

## G

Gage, Thomas 810

Gagelstrauch 863

Gahwa 498

Galactomannane 469

*Galipea aocusparia* 898

Gama, Vasco da 452, 500

Gammastrahlen 911

Ganache 824 f.

Gänse 196, 198, 208, 659, 746

Garam masala 465

*Garcinia mangostana* 444

Garen im Ofen 356, 654, 656, 658, 913

Garen im Schnellkochtopf 189, 192, 907, 914

Garnelen 212 f., 218, 240, 242 f., 248, 256 ff.

Garum 274, 682 f.

Gärung (Fermentation).

*Siehe auch die spezifischen vergorenen bzw. fermentierten Lebensmittel* 51, 604, 628, 629, 633, 813, 833, 835, 843–859, 863 ff., 868–882, 886, 891, 895, 899–904, 942

Gasbläschen.

*Siehe auch* Luftbläschen; **Schäume** 547, 548, 557, 572, 604, 612, 614 f., 621, 624, 629 f., 633, 636, 637, 642, 643, 645 ff., 652 ff., 853, 864, 952



- Gase 16, 174, 220, 287, 325, 349, 358, 570, 622, 629, 652, 807, 909, 918, 936, 938, 944, 951
- Gastronomia* (Archestratus) 607
- Gastronomie Pratique* (Ali Bab) 82
- Gault, Henri 689
- Gaultheria fragrantissima* 482
- Gaultheria procumbens* 482
- Geflügel.  
*Siehe auch spezifische Geflügelsorten*  
61, 131, 140, 146, 148, 152, 153, 158, 162, 163, 166, 167, 170, 171, 174, 182, 186, 187, 189, 193, 195, 197, 208, 466, 597, 605, 645, 659, 687, 746, 932
- Gefrierbrand 96, 171, 241, 324, 951
- Gefriertrocknung 202, 340, 524, 712, 951
- Gehen lassen 557, 606, 609, 621–651, 778, 788, 791, 934
- Gelatine 47, 55, 119, 127, 151, 152, 168, 176, 181, 185, 186, 191 f., 197, 201, 223, 224, 245, 247, 252 ff., 265, 269, 331, 428, 431, 445, 449, 497, 536, 540, 597, 622, 678, 680, 694–714, 717, 721–726, 734, 739, 744, 746, 771, 800, 805 ff., 851, 872, 943, 952
- Gelieren 253, 346, 365, 431, 671, 676–679, 682, 698, 702, 708–719, 722, 728, 785, 800, 805 ff., 938
- Gellan 713 f., 938
- Gemüse.  
*Siehe auch Pflanzen; spezifische Gemüsesorten* 17, 42, 54, 77, 91, 101, 104, 106, 110, 111, 128, 131, 135, 144, 145, 189, 209, 240, 250, 252, 253, 274, 284 f., 289 ff., 300, 301, 303 f., 309 ff., 313–408, 427, 428, 464, 474, 476, 486, 491, 502, 503, 539, 556, 557, 566, 571, 572, 577, 583, 587, 595, 597, 645, 647, 657, 667, 669, 674, 676, 678 f., 685, 687–693, 700–707, 713–730, 737 f., 741, 744–752, 759, 763, 772, 787, 807, 813, 833 f., 860, 877, 882, 899, 907, 909, 920, 924, 926 f., 938, 942
- Gentechnik 65, 297
- Gentiana* 898
- Geosmin 226, 227, 244, 321, 361
- Geotrichum* 345, 572
- Gepuffter Weizen 544
- Gerinnen 8, 22, 23, 29, 30, 33, 57, 58, 65, 66, 88, 109, 579, 581, 592, 707, 709, 737, 748, 800, 870
- Gerste 142, 276, 454, 528 f., 533, 534, 536, 540, 543, 545, 549 f., 564, 577, 582, 583, 607, 608, 621, 638, 657, 758, 789, 791 f., 861–878, 883, 885, 891, 893 f., 902, 908
- Gesättigte Lösung 796
- Geschlagene Sahne 36 f., 687, 741, 746
- Getreide.  
*Siehe auch spezifische Getreidesorten*  
12, 17, 42, 68, 87, 136, 142 f., 156, 160, 162, 274, 284 f., 297, 393, 455, 479, 528, 530–568, 571, 582, 583, 586 ff., 604 ff., 652–677, 679, 684, 714–722, 751 f., 769, 789, 791 f., 800, 831–835, 839, 861–880, 883–899, 902, 908
- Gewürz.  
*Siehe auch spezifische Gewürze* 273, 291, 317, 318, 322, 333, 337, 339, 342, 351, 368, 383, 386, 392, 400, 416, 427, 437, 450–525, 585, 593, 663, 678–696, 705, 723–731, 738, 743–748, 754, 758 f., 805, 810, 819, 833, 839–842, 857, 860–863, 874–877, 886, 894–900
- Gewürzgurken 343, 689
- Gewürzinseln 452, 499
- Gewürzlorbeer 244, 293 f., 460, 462–467, 477, 507, 682, 684, 867
- Gewürznelken 294, 318, 418, 419, 425, 441, 443, 446 f., 452, 456 f., 462, 470, 473, 477, 496, 499, 502, 503, 506, 514, 525, 527, 682, 684, 810, 839 f., 874 ff.
- Gezogener Zucker 757, 804
- Ghee 12, 43, 468, 638
- Giftstoffe (Toxine).  
*Siehe auch Lebensmittelvergiftung; spezifische Giftstoffe* 74, 78, 217, 218, 261, 288, 301, 349, 357, 380, 463, 467, 534, 557, 578
- Gin 117, 475, 479, 484, 884 ff., 891, 894–897

- Glace au beurre 47  
 Glace de viande 701 ff.  
 glasklare Zucker 798, 801  
 Glasse, Hannah 95, 236, 648, 688  
 Glasuren 45, 126, 701, 763, 778, 793, 795, 804, 823, 828,  
 Gliadin-Proteine 533  
 Globuline, in Eigelb 89  
 Glucan 301, 550, 552  
*Gluconobacter* 900  
 Glucose 19, 90, 104, 137, 168, 268, 287, 310, 338, 352, 355, 357, 369, 406, 427, 527, 536, 622, 711, 714, 754, 762–781, 786–792, 799–805, 829, 834, 845, 848, 859, 869, 882, 908, 936 f., 942  
 Glutaminsäure 205, 221, 264, 317, 384, 397, 399, 402, 515, 548, 585, 587, 839, 939 f.  
 Gluten 400, 533 ff., 547 f., 552, 557, 604, 609, 611 ff., 651–677, 701, 715, 718, 721, 723, 755, 941  
 Glutenin 535 f., 611 f., 619, 627, 628, 636  
 Glycerin 854, 904, 930, 935  
 Glycin 221, 226, 258, 268  
*Glycine max* 391  
 Glycogen 268  
*Glycyrrhiza glabra* 489  
 Glycyrrhizin 303, 489, 771  
 Glykämischer Index 770  
 Gnocchi 605, 673 f.  
 Gobo 359  
 Golden sirup 789  
 Golegappa 638  
 Gorgonzola 67, 70, 645  
 Gouda 66, 69, 70, 73  
*Gracilaria* 398  
 Grana Padano (Käse) 75  
 Granadilla 447  
 Granatapfel 410, 424, 432, 433, 447, 453  
 Granatbarsch 215, 231, 235  
 Grand Marnier 896, 898  
 Granita 337  
 Grapefruit 322, 407, 410, 434 ff., 446, 860  
 Grappa 891, 896  
 Gräten, von Fisch 220, 223, 224, 229, 252, 254, 682, 684, 704 f., 734  
 Grätenfisch 230  
 Gratin 76, 368, 724  
 Graupen 550  
 Gravlaks 273 ff., 479  
 Gravy (Bratensauce) 678, 684, 688, 724  
 Grenadier 231  
 Grenadine 433, 897  
 Griechenland 12, 77, 82, 276, 283, 381, 476, 485, 494, 500, 517, 577, 607, 756, 763, 769, 841 f., 898  
*Grifola frondosa* 405  
 Grillen und Barbecue 334, 525, 905, 908, 912, 915  
 Grimaldi, Francesco Maria 613  
 Groppen 231  
 Gruit (Bierwürze) 863  
 Grüne Bohnen 289, 290, 301, 390, 391, 567, 599  
 Grüne Minze 457, 460, 472  
 Grüner Tee 244, 399, 509, 511 ff., 763  
 Grünkern 547, 548  
 Grünkohl 299, 350, 368, 373, 374, 376, 377  
 Grünling 231  
 Grütze 532, 560, 563, 566, 657, 810, 879  
 Gruyère 62, 64, 67, 70, 73, 75, 76  
 Guacamole 336  
 Guanosine monophosphate (GMP) 400, 402  
 Guaven 310, 410, 443, 860  
 Guérard, Michel 689  
*Gueuze* 876 f.  
*Guide Culinnaire* (Escoffier) 686  
 Gulab Jamun 30  
 Gulasch 57, 174, 176, 181, 189, 194, 356, 822, 839, 907  
 Gumbo 395, 469, 478, 723, 730  
 Gummi arabicum 484, 938  
 Gummi 92, 734, 746 f., 800 f., 805, 872, 923, 938  
*Gunter's Modern Confectioner* 811  
 Gurken 273, 290, 292, 293, 316, 321, 323, 326, 343, 344, 383, 387 f., 429, 430, 485, 689, 933  
 Gusseiserne Kochutensilien 112, 912, 920 f.  
 Gyökura-Tee 514

## H

- Haar, Gelatine und 8, 150, 711  
 Haarschwänze 232  
 Hackfleisch, Lebensmittelsicherheit/  
 Hygiene 146, 170 f., 180  
 Hafer 46, 301, 528, 531, 533, 535, 536,  
 540, 543, 545, 550 f., 608, 638, 642,  
 866  
 Haferflocken 542, 544, 552  
 Haifischflossen 271, 712  
 Halal 167, 186  
 Half-and-half 33, 34, 730  
*Haliotis* 264, 265  
*Haloanaerobium* 277  
 Halva 756 ff., 763, 777  
 Hammelfleisch 157, 161  
*Hansenula* 849  
 Hartweizen 541, 545 f., 565, 607, 612,  
 616 f., 620, 667–676, 763  
 Hartzinn 920, 922  
 Haselnüsse 587, 588, 590, 597, 598, 600,  
 738, 759, 810, 872, 896  
 Hasen 165, 404  
 Haushaltssessig 903  
 Haut 8, 29, 67, 68, 71, 115, 138, 139,  
 144, 145, 151, 166, 167, 170, 186,  
 196, 197, 218, 220, 223 ff., 228,  
 235, 237, 240, 250 f., 259, 270 ff.,  
 278, 303, 307, 444, 447, 455, 483,  
 491, 492, 498, 500, 501, 560, 579,  
 580, 587, 588  
 Hecht 230, 255  
 Hefe 53, 54, 59, 65, 207, 275, 320, 340,  
 342 f., 401, 440, 448, 540, 548, 557,  
 558, 582 f., 604, 611 f., 655, 662 f.,  
 669, 772, 776 f., 785, 787, 791 f.,  
 813, 831–836, 841, 843–899,  
 902 ff.  
 Hefeweizen (Bier) 876  
 Heidelbeeren/Blaubeeren 301, 410, 419,  
 421 f., 425, 647  
 Heilbutt 210, 214, 219, 222, 225, 232,  
 236, 237, 249  
 Heißräuchern 206, 276, 277  
*Helianthus annuus* 603  
*Helianthus tuberosus* 359  
*Helichrysum italicum* 478  
 Helle Weizensorten 618  
*Hemerocallis* 381  
 Hemicellulose 301, 310, 329, 349, 382,  
 525, 527, 561, 572, 574, 590, 651,  
 726, 728, 763, 839, 938  
 Hentzner, Paul 769  
 Herbes de Provence 465, 471  
 Herbizide 297, 303  
 Hering 211, 212, 214, 218, 219, 222,  
 224 f., 228, 230, 233, 234, 241, 248,  
 271 f., 276, 277, 279, 283  
 Herschel, William 910  
 Herz (Innereien) 194 f.  
 Herzerkrankungen 12, 15, 44, 45, 77, 91,  
 144, 145, 195, 216, 295, 296, 298 f.,  
 532, 570, 597, 462, 752, 829 f., 838,  
 934  
 Herzmuscheln 219  
 Hesse, Lina 713  
 Heterozyklische Amine (HCAs) 144, 707,  
 907  
*Hibiscus (Abelmoschus) esculentus* 394  
*Hibiscus sabdariffa* 381  
 Hibiskus 381  
 Hickorynüsse 601  
 Hilbeh 490, 730  
 Himbeeren 24, 338, 410, 414, 419 f., 446,  
 478, 726, 746, 876 f., 892  
 Hinauszögern der Fermentation von  
 Brotteig 628  
 Hippen 666 f.  
 Hirn 195  
 Hirsche viii, 165, 548  
 Hirschhornsalz 622  
 Hirse 275, 291, 534, 543, 545, 565, 720,  
 788 f., 791, 862, 866, 878  
 Histamine 78, 218  
*Hizikia fusiformis* 398  
 Höhe (über dem Meeresspiegel) 192, 332,  
 347, 752, 781, 794, 913 f.  
 Hoisinsauce 582  
 Hoja santa 250  
 Hoji-Cha-Tee 514  
 Holunderbeere 426, 896  
 Holz 145, 184, 206, 276, 278, 310, 311,  
 358, 393, 405, 450, 451, 453, 492,  
 507, 525 f., 629, 653, 779 f., 804,  
 839 f., 842 ff., 851 f., 860 f., 872,

- 877, 886, 889–891, 895, 901, 903 f., 921, 938
- Holzrauch 450, 525 f.
- Homer 139, 530, 841
- Homogenisierung 26, 27, 733
- Honig x, 8, 82, 83, 209, 250, 291, 294, 324, 346, 379, 414, 454, 506, 524, 544, 607, 662, 665, 679–682, 754 ff., 760, 764, 770, 772–778, 781, 787, 791, 799, 806, 810, 852, 898 f.
- Honigwaben 775 f.
- Hopfen 366, 492, 496, 831, 863 f., 867–877, 893, 902
- Horchata 359
- Hordeum vulgare* 549
- Hormone, bei der Fleischproduktion 138, 148, 149
- Hornhechte 231
- Houttuynia cordata* 479
- Huang, H. T. 878
- Hühner.  
*Siehe auch* Eier, Eiweiß; Eigelb 81 ff., 91, 157, 162, 164, 908, 933
- Hulidan 136
- Hülsenfrüchte.  
*Siehe auch* Bohnen; Erbsen;  
*spezifische Hülsenfrüchte* 285, 286, 350, 360, 390 f., 528, 531 ff., 559, 567 ff., 587 f., 598, 616, 658, 775, 800, 938
- Hummer 210, 248, 256 ff., 283, 507, 736
- Hummus 576, 591
- Humulus lupulus* 492, 863, 867 f.
- Huntun 668
- Huron-Indianer 562
- Hutchenia* 720
- Huxley, T. H. 212
- Hydnum* 405
- Hydrazine, in Pflanzen 302, 402
- Hydrierung von Fetten 648, 931, 933 f.
- hydrophobe (wasserabweisende)  
 Bindungen 75, 611, 941
- Hygiene 25, 79, 93, 144, 172, 850
- Hypokotyl 307
- Hypomyces lactifluorum*
- Hyssopus officinalis* 471
- I
- I Yin 680, 684, 690
- Icings 126, 793
- Idli 572
- Idrisi 669
- Ikeda, Kikunae 400
- Ikizukuri 239
- Imam bayaldi 387
- Indianer 478, 562, 774, 779
- Indien 8, 10, 12, 30, 39, 43, 53, 55, 81 f., 162 f., 224, 292, 341, 343, 357, 387, 389, 391, 433–436, 440, 443, 452, 465, 467, 469, 472–490, 494, 497–504, 511, 517, 546, 549, 553 ff., 565 ff., 572–580, 594 f., 598, 603, 606, 638, 691, 720, 730, 751, 758 f., 762 f., 774, 781, 787, 837, 855, 885
- Indole, in Milch 24
- Induktionsherd 912
- Industrialisierung 12, 41, 47, 84 f., 143 f., 286, 293, 609
- Infrarotstrahlung 183, 185, 332, 335, 905, 910–913, 916
- Ingwer 83, 115, 135, 182, 243 f., 275, 290–294, 307, 317 f., 452 f., 458–461, 468 f., 495–499, 682, 720, 730, 758
- Inhibitoren 302, 533, 569, 773
- Injera 565, 638
- Innereien 140, 145, 166, 194–197, 200, 224, 248, 261, 263, 276
- Inosinmonophosphat (IMP) 168, 226, 400
- Inulin 299, 301, 358, 412, 897, 938
- Inversion, von Saccharose 765, 801
- Invertzucker 765, 788 f., 799
- Invertzuckersirup 765, 799
- Ionen 23, 101, 110, 121, 136 f., 202, 326, 328 f., 331, 342, 346, 348, 353, 516, 613, 673, 697, 748, 751, 901, 914, 920, 926 ff., 946–949
- Ipomoea aquatica* 378
- Ipomoea batatas* 355
- Irish Mist 777
- Irving, Washington 774
- Isoflavone 299, 569, 579
- Isolierung 165, 485

**Isothiocyanate** 370, 375, 445, 486, 488  
**Italien** 10, 12, 35, 46, 49, 62, 64, 66, 75,  
 112, 115, 118, 124, 126, 132 ff.,  
 149, 160, 163, 197, 199, 202, 204,  
 207, 235 f., 279, 283, 292, 337,  
 345, 368, 371, 382, 387, 390, 395,  
 404, 416, 418, 424, 438, 440, 472 f.,  
 476, 478, 486 f., 494, 518 f., 522,  
 546 f., 553, 556, 559, 564, 566,  
 576, 595, 597, 600 f., 609, 613, 616,  
 620, 626 f., 636 ff., 641, 657, 667,  
 669–674, 678, 683, 686 ff., 727,  
 729, 742, 744, 748, 788, 794 f., 803,  
 806, 810, 841–845, 854–857, 892,  
 896, 903

**Itriya** 669

## J

**Jack (Käse)** 70, 75

**Jackbohnen** 303

**Jackfrucht** 443

**Jägermeister** 896

**Jaggery** 781, 787

**Jakobsmuscheln** 210, 214, 218 f., 252,  
 260–264, 267 f., 270

**Jamaica** 497

**Jänicke, Otto** 125

**Japan** 17, 110, 147, 149, 158, 161, 205,  
 211, 219, 224, 229–233, 236,  
 239, 242, 244, 246, 248, 251, 255,  
 265, 270, 275–283, 315, 341, 359,  
 361, 370, 397–400, 405 f., 412,  
 415–419, 426 f., 430, 436, 441,  
 461, 465, 473–476, 482, 489, 503,  
 510–515, 536, 538, 548, 550, 553,  
 555 ff., 566, 569, 578, 580–587,  
 602 f., 609, 646, 669, 675 f.,  
 713763, 790, 803, 806, 831, 862,  
 877–882, 903, 939

**Japanische Wollmispel** 416

**Japonica-Reis** 553

**Javanica rice** 553

**Jelly beans** 801, 805 f.

**Jelutong**

**Jerky** 202

**Jiaozi** 668, 676

**Jod** 215, 375, 397, 399, 750, 752

**Joghurt** 7, 11 f., 16, 19, 21 f., 43, 51–58,  
 66, 78, 135, 181, 341, 624, 634,  
 638, 642, 689, 707, 721, 743, 928

**Johannisbeeren** 294, 410, 422 f., 446,  
 448, 896

**Johnson, Nancy** 47

**Johnson, Samuel 2**, 551, 688

**Juglans (Walnuss)** 601

**Jujube** 433, 442

**Jungfer im Grünen** 461, 494

**Juniperus** 479

**Juwelenreis** 429

## K

**Kabeljau** 211, 212, 215, 219, 222, 224,  
 234, 271, 272, 276, 281, 283, 704,  
 746

**Kabesucha-Tee** 514

**Kadmium, in Fisch** 216

**Kaffee 2**, 29 f., 47, 128, 288, 316, 337,  
 380, 411, 450, 451, 489, 497, 508 f.,  
 516 ff., 543, 603, 764, 769, 773,  
 803, 810, 814, 830, 834, 838, 853,  
 860, 876, 896, 906, 927 f.

**Kaffirlimetten-Blätter** 460

**Kahlúa** 896 f.

**Kai lan** 374

**Kaipen** 399

**Kakao** 110, 127, 131, 509, 624, 649, 650,  
 754, 756, 769, 809–830, 932, 934

**Kakaobutter** 127, 650, 810–830, 932,  
 934

**Kaktusbirnen** 369

**Kaktusfeige (Opuntienfrüchte)** 313, 314,  
 369, 379, 431, 447

**Kalbfleisch** 515, 155, 161, 171, 181, 744

**Kalebasse** 390

**Kalifornischer Lorbeer** 478

**Kaliumbromat, in Weizenmehl** 619

**Kaliumcarbonat, in Backpulver** 624

**Kaliumnitrat (Salpeter), in Pökelfleisch**  
 203

**Kalmar** 261, 269, 275, 681, 767

- Kalorien** 87, 91, 92, 142, 296, 392, 442, 491, 539, 594, 663 f., 714, 763 f., 768–772, 837, 865, 875, 929  
**Kalträuchern** 206, 254, 277  
**Kamel** 9, 11, 12, 14  
**Kamelmilch, Zusammensetzung von** 11  
**Kamille** 898  
**Kamman, Madeleine** 2  
**Kamut** 546, 547  
**Kansui** 676  
**Kapern** 293, 375, 478, 687 f.  
**Karamell** 47, 112, 274, 322, 363, 384, 420, 443, 446 f., 489, 506, 524, 525, 586, 755, 761–770, 777, 780 f., 787, 794 f., 799–806, 815, 819, 822, 860, 866, 874, 876, 879, 889, 892, 895 f., 904  
**Karamellisierung** 30, 113, 685, 754, 766–770, 780, 787 f., 799–806, 906 f., 851  
**Kardamom** 293, 461, 465, 495 f.  
**Kardonen** 292, 307, 310, 366, 369, 370, 381  
**Karies** 78, 769  
**Karl der Große** 61  
**Karotten** 87, 228, 312, 688, 700, 727, 929  
**Karpfen** 210, 214, 215, 222, 224, 226, 229 f., 240, 244, 280, 283  
**Kartoffeln.**  
*Siehe auch* Süßkartoffeln 28, 29, 75, 250, 272, 288, 290 f., 302, 304, 313, 314, 319, 321, 330 f., 340, 351, 352 ffr., 368, 398, 428, 442, 480, 482, 545, 566, 595, 636, 638, 647, 674, 676, 715, 717–722, 744, 746, 769 f., 789 f., 891, 896, 907 f., 913  
**Käse.**  
*Siehe auch die spezifischen Käsesorten* 5, 7, 8, 10 f., 16, 21, 22, 24, 39, 42, 44, 46, 58–78, 82, 82, 114, 115, 128, 132, 135, 167, 199, 204 f., 272, 275, 277, 341, 379, 400, 442, 443, 484, 485, 580, 581, 645, 658, 669 f., 681, 687, 689, 707, 734, 736 f., 744, 746, 748, 769, 786, 793, 806, 819, 833, 879, 892, 903, 924, 939  
**Käsefondue** 76  
**Käsekuchen** 113 f.  
**Kater** 838, 887  
**Katsuobushi** 211, 278  
**Kaugummi** 417, 493, 754, 808  
**Kaviar** 57, 211, 280 ff. -  
**Kaymak** 36  
**Kecap** 274, 275, 585, 586, 689  
**Kefir** 53, 59, 863  
**Keimling, von Getreidekörnern** 370, 492, 534, 541, 542, 549, 551 f., 563, 564, 595, 606, 618 f., 625, 633, 675, 718, 861  
**Kellogg, John Harvey** 543, 544  
**Kellogg, Will Keith** 543, 544  
**Keramik** 629, 658, 750, 905, 909, 912, 917 ff.  
**Kerbel** 460, 465, 474, 475, 684  
**Kernobst.**  
*Siehe auch* Äpfel; Birnen; Quitten 291, 302, 407, 410, 411  
**Ketalachs** 229, 248, 283  
**Ketchup** 274, 384, 490, 499, 585, 679, 688 f.  
**Kewra** 481  
**Khoa** 30  
**Khorasan**  
**Kichererbsen** 531, 569, 572, 574 f., 763  
**Kidneybohnen** 293, 581  
**Kiefern** 358, 422, 439, 440, 446, 456, 460, 479, 493, 496, 525, 600, 868, 895  
**Kimchi** 284, 340, 342 f.  
**Kinder.**  
*Siehe auch* Säuglinge 25, 93, 562, 575, 593, 753, 768, 778  
**Kinilaw** 210, 243  
**Kirsch** 892  
**Kirschen** 293, 301, 318, 330, 407, 410, 416 f., 446, 593, 651, 876 f., 904  
**Kislav** 892  
**Kitchiner, William** 689  
**Kiwi** 182, 424 f., 709  
**Kleie** 532, 534, 535, 538, 539, 541, 542, 548 ff., 554, 555, 606, 618, 619, 621, 625, 675, 718, 869 f.  
**Kleinkinder** 14, 15, 97, 144, 304, 533, 778  
**klimakterisches Obst/klimakterische Früchte** 416, 421

- Klippfisch** 271, 272  
**Kloeckera** 849, 877  
**Kneten** 40, 44, 70, 547, 557, 564, 604, 605, 609, 610, 612, 613, 615, 626 f., 634 f., 662 f., 668, 757  
**Knoblauch** 67, 68, 271, 272, 275, 293, 294, 301, 304, 315, 317, 327, 339, 342, 344, 350, 362 f., 387, 403, 462, 465, 467, 468, 484, 575, 576, 585, 681, 727, 730, 744, 751, 938  
**Knochen** 16, 17, 138, 147, 140, 151, 158, 159, 179, 196, 179, 196, 197, 220, 224, 235, 252, 299, 300, 508, 698–705, 709, 711, 723, 744, 752  
**Knochenhechte** 230  
**Knollengewächse – Siehe spezifische Knollen**  
**Knollensellerie** 350, 361, 368  
**Knollenziest** 359  
**Knorpel** 197, 699 f., 712  
**Knurrhahn** 231  
**Knuspermüsli** 455, 552, 763  
**Koagulation, von Proteinen** 5, 21, 29, 31, 58, 79, 98 ff., 581, 647, 652 f., 700, 702–706, 736, 755, 782, 942  
**Koch, Robert** 713  
**Kochbananen** 335, 397, 441, 442  
**Koffein** 288, 302, 450, 451, 508 f., 513, 515, 516, 518, 524, 810, 813 f., 830, 838  
**Kohl** 24, 191, 250, 288, 290 ff., 304, 313, 317, 320, 321, 342 f., 350, 361, 363, 368, 371, 373 ff., 407, 484, 707, 727  
**Kohlendioxid** 637, 652, 665, 749, 791, 800, 802, 807, 822, 834, 838, 849, 852 f., 864, 871–874, 901, 936  
**Kohlenfisch** 215, 231  
**Kohlenhydrate** 5, 19, 45, 58, 92, 131, 142, 153, 257, 275, 276, 287, 299, 301, 308 f., 324, 325, 331, 334, 336, 337, 356, 358, 359, 365, 368, 393 f., 398, 402, 404, 469, 488, 489, 508, 519, 520, 522, 524, 533 f., 539, 541, 543, 550, 551, 552, 557, 566, 569, 570, 572, 573, 578, 583, 589, 596, 614, 620, 650 f., 678, 697–700, 712 f., 722, 726, 728, 730, 741, 746, 769 ff., 783, 788, 850, 853, 867, 869, 872–875, 886, 906, 908, 910, 923–926, 935–938, 950  
**Kohlenstoffatom** 313, 321, 371, 389, 393, 402, 456, 457, 478, 513, 762, 764, 834, 906, 918, 929–935, 939, 946, 948  
**Kohlenstoffverbindungen, in Fetten** 448  
**Kohlenwasserstoffe, aromatisch, polyzyklisch** 145, 303, 526  
**Kohlfamilie** 291, 299, 321  
**Kohlrabi** 350, 368, 374, 376  
**Koji** 862, 879 f., 882  
**Kokosmilch** 592, 596  
**Kokosnuss** 32, 72, 156, 243, 291, 322, 447, 527, 532, 589, 596, 597, 730, 839, 851, 902  
**Kokosnussöl** 591, 781, 828, 932  
**Kollagen** 151, 152, 158, 161, 168, 176, 178, 180, 181, 185, 186, 190 ff., 197, 223 f., 254, 258, 263, 265, 269, 277, 296, 698 f., 704 f., 708–711, 941  
**Kolostrum** 18  
**Kolumbus, Christopher** 12, 386, 448, 452, 559, 760, 809  
**Kombu** 278, 400  
**Kondensmilch** 763, 802, 905  
**Konditorcreme** 108, 114 f., 128 f., 661, 710  
**Konfitüre** 209, 346, 358, 416, 421 f., 647, 658, 712, 759, 761, 765, 770, 795, 938  
**Konserven** 208, 331, 359, 381, 422, 501, 504, 689, 728  
**kontinuierliche Phase** 692 ff., 731, 733, 735–738, 742–745, 824  
**Konvektion, Wärmetransfer durch/mit** 703, 905, 909–916  
**Koran, Aromen im** 453  
**Korbblütler** 775, 938  
**Koriander** 293, 318, 460, 461, 465, 474 f., 482 f., 549, 585, 681, 730, 756, 759, 863, 877, 895  
**Korken, für Wein** 182, 843, 851 ff., 857 f., 864, 925  
**koscher** 167, 186, 750  
**Koshary** 577  
**Kotyledonen** 530, 568, 571, 574 f., 588, 599, 601, 603, 812 f.



- Koumiss** 12, 53, 59, 841, 863, 886  
**kovalente Bindungen** 917, 939, 941, 947–950  
**Krabben/Krebse** 220, 256 ff.  
**Kräuter.**  
*Siehe auch spezifische Kräuter* 42, 83, 106, 170, 192, 253, 284 ff., 318, 319, 322, 337, 339, 351, 380, 437, 450, 451 ff., 462, 482, 502, 508, 679, 681 ff., 688, 690, 693, 696, 700–705, 726, 730, 738, 744 ff., 777, 833, 857, 863, 877, 884, 886, 894–900  
**Kräutertee** 480  
**Krebs** 44, 45, 216, 220, 259, 295, 298 ff., 370, 375, 707, 752, 838, 908, 911  
**Kresse** 294, 370, 377  
**Kriek** 877  
**Kristallisation** 665, 749, 754, 759, 766, 782–787, 791–805, 818  
**Krokant** 801 f.  
**Kroketten (Croquettes), mit Fisch** 255  
**Krume** 541, 551, 605, 610, 611, 624 f., 628, 629, 631 f., 635, 637 f., 640, 641, 647, 681  
**Krustentiere.**  
*Siehe auch* Krebse/Krabben; Flusskrebse; Hummer; Garnelen; Schrimps 87, 214, 224, 226, 227, 233, 239, 241, 243, 256 ff., 705 ff., 738, 746  
**Kubeben-Pfeffer/Schwanz-Pfeffer** 502  
**Kuchen** 30, 32, 35, 80, 94, 111, 114 f., 125 f., 540, 543, 548, 562, 572, 567, 578, 581, 595, 598, 603, 604, 606, 608, 610, 611, 615, 616, 618, 621, 622, 646, 647–667, 760, 793, 804, 810 f., 817, 823 f.  
**Küchenutensilien** 917–922  
**Kühe.** *Siehe* Rindfleisch; Rindvieh; Kuhmilch 7, 13, 18, 20, 24, 27, 42, 64, 157  
**Kühlen (im Kühlschrank)** 37, 170  
**Kühlen.** *Siehe* Einfrieren  
**Kuhmilch** 10, 11, 14 f., 63, 66, 68, 580  
**Kulfi** 49  
**Kümmel (Schnaps)** 484, 898  
**Kümmel** 293, 457, 461, 474, 483, 484, 485, 494  
**Kuninaka, Akira** 400  
**künstliche Süßstoffe** 754, 770–773  
**Kupfer** 60, 61, 120, 122, 135, 216, 326, 327, 905, 917, 919–923  
**Kürbis** 292, 293, 342, 381, 388, 390, 447, 602, 731  
**Kürbisgewächse** 350, 387 ff.  
**Kürbiskern** 602, 603  
**Kürbiskernöl** 603  
**Kurkuma** 293, 461, 462, 468, 469, 495, 496, 498, 499, 730  
**Kurti, Nicholas VII**  
**kurzästiger Queller** 370  
**Kuvertüre** 821, 828  
**Kwass** 862
- L**
- La Chapelle, Vincent** 113, 128 f., 132  
**La mian** 675  
**La Varenne, François Pierre de** 118, 292, 295, 644, 655, 684, 722  
**Lab** 22, 57, 60, 62 f., 65–75  
**label rouge** 159, 164  
**Lachs** 3, 210–233, 238, 241–246, 248, 273, 276, 278–283, 479, 663  
**Lactarius rubidus** 405  
**Lactisol** 773  
**Lactitol** 772  
**Lactobacillus** 27, 52–55, 341 f., 344, 572, 876, 879  
**Lactococci** 20  
**Lactoglobulin** 23, 56  
**Lactuca** 372  
**Laetiporus sulphureus** 405  
**Lagenaria siceraria** 388  
**Lagerbier** 863 ff., 869–876  
**Lakritze** 489, 763, 769, 771, 788, 806  
**Laktase** 15 f., 27  
**Laktose** 14–16, 19 f., 23 f., 26–30, 40, 51 f., 59  
**Laktoseintoleranz** 16  
**Lambic** 876 f.  
**Laminaria** 398  
**Lamm** 65, 153, 156 f., 161 f., 166–171, 193, 200, 932 f.



- Landwirtschaft 8, 60, 142, 158, 212, 214,  
285 f., 296 f., 303, 403, 451, 529,  
545, 552, 565, 595 –  
*Siehe auch Pflanzen, spezifische  
Pflanzen und Pflanzengattungen*
- Langbohnen 391, 578,  
Långfil 58  
Lao chao 558  
Lapsang Souchong (Tee) 514  
Lardo 197  
Lauch 293 f., 350, 362–365  
Lauge 137, 272, 341 f., 345, 561, 564,  
585, 639, 786  
Laugenbrezeln 639  
*Laurus nobilis* 477  
*Lavandula* 471, 473  
Lavash 606, 638  
Lavendel 303, 380, 460, 465, 471, 480,  
775, 777, 860  
Lawrence, D. H. 416  
Lebensmittelfarbe (Karamell) 768, 799, 801  
Lebensmittelvergiftung. 19, 25, 64, 68,  
77 f., 97, 138, 145, 215, 217, 219,  
242, 284, 302, 304, 370, 462, 528,  
534, 557,  
*Siehe auch* Toxine  
Leber 85, 138, 140, 156, 194–200, 208,  
224, 256–261, 683, 706 f., 738, 770,  
810, 832, 837, 920, 937  
Lebkuchen 497, 608, 651, 759, 777  
Lecithin 45, 58, 89, 538, 696, 733–736,  
742, 747, 816 f., 820, 822, 923, 929,  
935  
Leicester (Käse) 70, 75  
Leinsamen 135, 299, 549, 589, 600, 602  
Leitgewebe, in Pflanzen 306 f., 366  
Lektine 302, 426, 533, 569  
Lemery, Louis 367  
*Lentinus* 405  
*Lepidocybium flavobrunneum* 221, 232  
*Lepiota* 405  
Leslie, Eliza 648  
*Leuconostoc* 53, 55 f., 207, 341, 572,  
848, 850, 879  
*Levisticum officinale* 474, 476  
Liaison 692  
Licht 17, 19, 24, 38, 42 ff., 60, 67, 73, 80,  
84, 88, 93 f., 98, 149, 169 ff., 174 f.,  
183, 204, 213, 227 f., 241, 285–288,  
296, 298, 300, 303, 307 f., 311–314,  
319, 332, 342, 353, 358, 366–377,  
382, 397, 401, 414, 462 f., 485, 492,  
495, 502, 506, 529, 539, 560, 589,  
602 f., 609, 677, 680, 693–697, 715,  
718, 729, 731, 799, 805, 821, 832,  
838, 846, 852, 857, 873, 882, 899,  
910 ff., 952  
Liebig, Justus von 188, 703, 835  
Liebstöckel 82, 294, 460, 474 ff., 681  
Lignin 301, 310 f., 319, 457, 507, 525 ff.,  
555, 574, 839  
Liköre 100, 108, 128, 418, 420, 423, 475,  
499, 502, 597, 777, 832, 852, 855,  
884 f., 896 ff.  
*Siehe auch spezifische Liköre*  
Limabohnen 288, 293, 302, 391, 531,  
567, 569 f., 573, 576 f.  
Limburger (Käse) 67, 70  
Limetten 30, 113, 293, 338, 393, 422,  
437, 438–441, 446, 460, 480, 502,  
557, 585  
*Limnophila chinensis* ssp. *Aromatica* 481  
Limoncello 896  
Limonen 343, 368, 410, 435, 437, 440,  
456 f., 460, 868, 895  
Lindt, Rudolphe 811  
Linolensäure 379, 601 ff., 933  
Linsen 529 ff., 567 f., 573, 575, 577  
*Linum usitatissimum* 602  
Lipide 20 f., 24, 73, 88 ff., 133, 137, 321,  
352 f., 509, 538, 542, 614, 621,  
718, 734, 736, 738 ff. 747 f., 923,  
928–934, 936.  
*Siehe auch* Cholesterin; Fette; Öle;  
*spezifische Lipide*  
Lipoproteine, low-density, 89, 134, 740  
Lippenblütler 307, 359, 450, 463,  
469–475  
*Lippia* 472  
*Litchi chinensis*, 444  
Litschi 444–447  
Löffelstöre 230  
Loganbeeren 420 f.  
Lokum rahat 712, 806  
Lolot 480, 502  
Lomi 210, 243

- Loquats 416  
 Lorbeer 244, 293 f., 392, 456, 460, 462, 465, 507, 682, 684, 867  
 Lorbeergewächse 392, 450, 463, 477 f.  
 Löschkalk 342  
 Lösungen 84, 89 f., 94, 100, 103, 108, 124, 135 ff., 205, 209, 213, 243, 260, 268, 272, 275, 280 f., 286, 305, 342, 345, 349, 367, 380, 435, 484, 535, 561, 564, 590, 692, 695, 708–717, 721 f., 752–755, 764 ff., 771, 778, 783, 785, 789, 793–797, 803–806, 835 f., 852 f., 895, 900, 908, 914, 920, 923 f., 927 f., 938, 944, 946, 952  
 Lotus 331, 360, 369, 380, 720  
 Löwenzahn 350, 373, 775  
 Lox 273  
*Lü Shib Chhun Chhiu*  
 Lucchi 638  
*Luffa acutangula* 388, 390  
 Luftbläschen 23, 30 ff., 36 f., 47–51, 87, 103, 111, 114, 118–124, 127, 129–135, 337, 387, 403, 540 f., 560, 565, 611, 618, 628, 634, 639, 643, 646, 648–653, 663, 665, 670, 674, 692–696, 747, 776, 797, 801, 803–806, 851, 853, 941.  
*Siehe auch* Schaum  
 Lune, Pierre de 29 684  
 Lupinen 567, 569, 578  
 Lutefisk 272  
 Lutein 91, 299 ff., 352, 386, 396, 411, 548, 561, 603  
 Lycopin 299 f., 312, 332, 358, 384, 426, 430, 435, 439, 447, 729, 929  
*Lycoperdon* 405  
*Lycopersicon esculentum* 383  
 Lysergsäurediethylamid (LSD) 550  
 Lysozym, in Eiklar 89
- M**
- Macadamia-Nüsse 589 f., 598  
 Macaroni 669  
 Macarons 593, 664  
*Macbeth* (Shakespeare) 836  
 Madeira 687, 855  
 Magellan, Ferdinand 292  
 Magnesium 17, 312, 325 ff., 342, 509, 572 f., 581, 623, 625 f., 673, 749 ff., 917 f., 926  
 Mahleb 493  
 Maifisch 215  
 Maillard, Louis Camille 906  
 Maillard-Reaktionen 24, 30, 104, 173, 244, 258, 268, 519, 700, 768, 802 f., 814, 906 ff., 915.  
*Siehe auch* Bräunungsreaktionen  
 Mais 17 f., 45, 49, 63, 85, 87, 142, 158, 164, 191, 208, 264, 290 ff., 297, 299, 320, 335, 370, 393 f., 399, 518, 528, 530–536, 541–545, 552, 555, 559–565, 566, 595, 606, 620, 638, 645, 757, 762, 777, 862, 866, 875 f., 885, 891, 893 f, 916  
 Maisbeulenbrand 350, 401, 406  
 Maischen 834, 847 ff., 867–871, 881 f., 894  
 Maiskeimöl 559, 921, 932  
 Maissirup 338, 559, 586, 665, 754, 764–772, 787–794, 799–808  
 Maisstärke 76, 109 f., 114, 119, 124, 128, 250, 255, 642, 650, 715, 717–721, 789 f  
*Maître d'Hôtel français* (Carême) 686  
 Majoran 83, 199, 293, 460, 465, 471, 474  
 Makomotake 406  
 Makrelen 210, 212, 214–219, 222, 224, 226, 228, 231–241, 244, 246, 248, 276, 279  
 Makrelenhechte 231  
 Makrut-Limetten-Blätter  
 Malosol 282  
 Maltodextrine  
 Maltose 355 f., 622, 764 f., 770, 772, 791 f., 799, 869  
*Malus* 412  
 Malz 24, 273, 275, 489, 550 f., 565, 636, 792, 815, 831, 863–877  
 Mälzen 276, 621, 792, 862–877, 893 f  
 Malzessig 902  
 Malzextrakt 791 f.

- Malzsirup 544, 789, 791 f., 803  
 Mandarinen 436–441, 465  
 Mandelextrakt 403, 417 f., 593  
 Mandelmilch 592, 708  
 Mandeln 24, 129, 302, 381, 417, 446,  
     485, 534, 536, 538, 587 f., 590–597,  
     600 f., 663 f., 683 f., 708, 729,  
     757 ff., 807, 810, 819, 860.  
     *Siehe auch* Nüsse  
*Mangifera indica* 444  
 Mangold 303, 313 f., 327, 350, 360, 378  
 Mango 322, 343, 408, 410, 444, 447,  
     495, 503, 600, 726  
 Mangostan 444  
*Manihot esculenta* 356, 719  
 Maniok 302, 307, 351, 356 f., 676,  
     719 f., 862  
 Manna 756  
 Mannitol 397, 399, 756  
 Mantou 640  
 Mao dou 580  
 Maracuja 322, 410, 447 f., 860  
*Maranta arundinacea* 720  
*Marasmius* 405  
 Marc 896  
 Margarine 7, 38–46, 641, 651 f., 656,  
     662 ff., 793, 932 f.  
 Marggraf, Andreas 761  
 Marinaden 145, 181, 211, 219, 220, 228,  
     243, 278 f., 450, 466, 515, 583, 778,  
     882  
 Marionbeere 420  
 Markham, Gervase 654, 660  
 Marmelada 416  
 Marmelade 100, 124, 310, 346, 348, 416,  
     435 ff., 439, 778  
 Maronen (Esskastanien) 198, 587, 588 ff.,  
     585, 650, 775, 777  
 Maronen (Pilze) 405  
 Marrons glacés 595  
*Marrubium vulgare* 470 f.  
 Marsala (Wein) 134  
 Marshmallows 800, 805 f.  
 Martini 885, 895  
 Martino, Maestro 201  
 Marzipan 593 f., 757 f., 762 f., 806 f.,  
     810  
 Masa 561, 564 f.  
 Masoor dal 577  
 Maßeinheiten 6, 493, 711, 890, 949  
 Massenproduktion 13, 24, 47, 63, 84,  
     149, 157 ff., 168, 172, 255, 400,  
     604, 632, 634, 670, 728, 844, 853,  
     867, 903 f.  
 Massalot, François 46, 113, 125  
 Mastix 461, 493, 600, 807  
*Matteuccia* 303, 370  
 Matze 255, 605, 638  
 Maulbeeren 424, 432, 443  
 Mayonnaise 88, 133, 199, 488, 678, 685,  
     687, 691 f., 730 ff., 736, 740–744,  
     935  
 Meeräsche/Barbe 218, 231, 241, 281,  
     283, 597  
 Meerbarben 232  
 Meerbrassen 218, 232  
 Meeresfrüchte 17, 42, 140, 210–283,  
     294, 370, 397, 399, 403, 444, 473,  
     489, 603, 645, 676, 704, 933  
 Meerrettich 317, 374, 450, 458, 461, 486,  
     488 f.  
 Meersalat 397 f.  
 Meersalz 205, 342, 626, 749 ff.  
 Mehl 76, 84, 93, 101, 109–119, 128, 131,  
     189, 199, 213, 250 f., 255, 276, 393,  
     404, 427, 431, 443, 485, 490, 494,  
     539–566, 576, 578, 582, 586, 591,  
     595, 598, 604, 606–677, 684–689,  
     697, 701, 704, 706, 714–728, 758,  
     763, 779, 786, 793, 800, 806, 810,  
     821, 823, 907, 938, 941  
 Mehlbehandlungsmittel 611, 613  
 Mehlschwitze 687, 721–724  
 Melasse 489, 562, 573, 577, 622, 624,  
     665, 760, 771, 778, 782–789, 806,  
     884 f., 891, 895  
*Meleagris gallopavo* 163  
 Meleguetapfeffer 452, 459, 495, 499,  
     682 f.  
*Melipona* 773  
*Melissa officinalis* 471  
 Melonen 205, 226, 267, 293, 304, 309,  
     312, 319, 321 ff., 338, 342, 362, 366,  
     387–391, 407 f., 410 f., 428–431,  
     445, 447, 473, 709, 726, 757, 892,  
     896

- Melophorus* 776  
**Membrillo** 416  
*Ménagier de Paris* 72, 83, 201  
*Mentha* 471 f.  
**Menthol** 456 f., 460, 472  
**Meringe** 79, 97, 117, 119, 121–128, 794 f.  
**Meringue cuite** 125 f.  
*Mespilus germanica* 416  
**Met (Honigwein)** 773, 777  
**Metabolismus** 18, 148, 156, 216, 267, 296, 298, 302–305, 316, 341, 352, 375, 403, 413, 427, 442, 491, 513, 570, 575, 595, 622, 752, 859  
**Metchnikov, Ilya** 54  
**Methanol** 887 f.  
**Methionin** 24, 296  
**Méthode champenoise** 853  
**Methylisoborneol** 226  
**Meurette sauce** 704  
**Mexikanischer Koriander (Culantro)** 474, 477  
**Meyenberg, John** 27  
**Mezcal** 896 f.  
*Microcitrus australasica* 441  
**Midori** 896  
**Mien chin** 548  
**Mikrokokken** 207  
**Mikrowellen** 30 f., 138, 192 f., 254, 284, 327, 332, 335, 356, 363, 387, , 413, 463 f., 555, 557, 562 ff., 576, 590, 767, 823, 905, 910 ff., 916 f.  
**Milch** 7–78, 81 ff., 92, 99–102, 105–117, 128 135, 144, 157, 161 ff., 181 f., 189, 198 f., 204, 206 f., 252, 264, 266, 272, 274, 284, 331, 341, 353, 357, 370, 372, 394, 398 f., 427, 449, 481, 495, 499, 516, 524, 530, 538, 540, 542, 544, 552, 579, 595, 607, 610, 614, 637, 640–649, 657 f., 663, 674, 681, 685 ff., 705, 742, 744, 763, 765, 768, 772, 802 ff., 810, 834, 857, 878, 899, 911, 924, 928  
**Milchdrüsen** 18 f.  
**Milchfett** 7, 13, 15, 19 ff., 23, 25, 28, 38–43, 48 f., 57, 68, 72 ff., 99 f., 115, 800, 802, 819, 825, 827  
**Milchfisch** 214, 230  
**Milchprodukte** 7–78, 324, 524, 572, 624, 642, 649, 658, 707, 709, 714 f., 723 f., 730 f., 734 f., 802 ff., 813, 819, 830, 863.  
*Siehe auch die spezifischen Milchprodukte*  
**Milchproteine** 7, 17, 19–24, 31, 38, 48, 55–58, 516, 704, 738, 800, 817, 830, 941  
**Milchpulver** 27 f., 45, 56, 802, 811, 815 f.  
**Milchsäurebakterien** 51, 20, 34, 39, 41, 43, 51–58, 66, 68, 341, 343, 345 f., 572, 582 ff., 634, 813, 833, 871, 877, 880  
**Milchsäuregärung** 276, 341, 343, 850  
**Milchschaum** 21, 30 f., 37, 128, 522, 696  
**Milchwirtschaft** 16, 919  
**Millau, Christian** 689  
**Millefeuille** 661  
**Miltomate** 386  
**Mineralstoffe** 14 f., 17, 22 f., 28, 87, 89, 91, 110, 215, 267, 286 ff., 298, 306, 309, 332, 335, 397, 399, 401, 510, 541, 555, 570, 621, 699, 703, 749, 751 f., 777, 782, 786 ff., 792, 814, 845 f., 926.  
*Siehe auch spezifische Mineralstoffe*  
**Minneola** 438, 441  
**Minze** 83, 250, 293 f., 307, 315, 319, 322, 456 f., 460, 463, 467, 471–474, 481, 777, 808  
**Mirabelle** 444, 892  
**Mirepoix** 368  
**Mirin** 882  
**Miso** 341, 398, 550, 571, 579, 582 f., 586  
**Mispel** 416  
**Mitsuba** 474, 476  
**Mittelalter** 10, 12, 25, 39, 42, 61, 62 f., 71 f., 82 f., 107, 115, 134, 200–203, 209, 211, 272–276, 291–294, 346, 357 f., 378, 381, 387, 427, 434, 452, 475, 485, 487, 489, 494, 496–500, 507, 544, 549, 566, 577, 592 f., 595, 604, 608, 644 f., 654–657, 663, 667, 669, 678, 682 ff., 686, 702, 710, 722, 757 ff., 782, 805, 838, 842, 863 f., 885, 893 f., 896, 900, 903  
**Mittelmeerraum** 8, 11, 163, 235 f., 271, 273, 276, 279, 281, 293, 344, 357,

- 359 ff., 372–377, 381, 389, 392,  
 395, 412, 417 f., 428, 431 ff., 436,  
 438, 440, 452, 469, 471–478, 484,  
 489, 493, 497, 507, 544–549, 556,  
 568, 575 ff., 697, 655, 662, 668 f.,  
 688, 729, 807, 841 f., 851  
 Mizellen 21 ff., 52, 65, 75  
 Mizuna 374, 378  
 Mochi 557, 763  
 Mohnsamen 282, 465, 589, 602  
 Molke 11, 16, 19, 21 ff., 30 f., 38–41, 43,  
 50, 55–60, 65 f., 68–72, 276, 581,  
 637, 707  
 Molkenproteine 21 ff., 26, 29, 31, 43, 50,  
 56, 637, 800  
 Molokhovets, Elena 282  
 Moltebeeren 420 f.  
*Momordica charantia* 388  
*Monarda didyma* 470 f.  
 Mondfische 232  
*Monilia sitophila* 633  
 Monoglyceride 935  
 Mononatriumglutamat (MNG) 221, 273,  
 280, 317, 400, 939  
 Monosaccharide 762  
*Monostrema* 398  
 Montaigne, Michel de 245  
 Morcheln 401, 405  
*Moretum* 681  
 Mornay 75, 687  
 Mortadella 199  
*Morus* 424  
 Most 848 f., 904  
 Mosto cotto 424  
 Moto 879 ff.  
 Moussaka 387  
 Mousse 117, 123, 125, 127, 255, 337,  
 710, 778, 810, 823  
 Mousseline 254 f., 687  
 Mozzarella (Käse) 10, 24, 66, 70, 74 f.  
*Mucor* 582, 633, 878 f.  
 Muffins 327 f., 422, 563, 604, 638, 643,  
 646–654  
 Mujaddharah 577  
 Mungobohnen 531, 567, 569, 571, 573,  
 577 f.  
 Münster (Käse) 62, 67, 70  
 Mürbeteig 41, 114 604, 613, 617  
*Murraya koenigii* 478  
 Murri 549  
*Musa sapientum* 441  
 Muscadet 850  
 Muscheln 210–214, 217 ff., 252,  
 260–270, 561  
 Muscovado-Zucker 786  
 Muskat 108, 134, 292–295, 302, 322,  
 414, 423, 443, 452, 461, 465, 473 f.,  
 499, 502 f., 682, 684, 860  
 Muskeln 138, 140 f., 147–209,  
 220–283, 287, 508, 550, 698 f., 808,  
 836, 898.  
*Siehe auch* Fleisch, Fisch  
 Müsli 543 f., 552, 562, 566, 594, 763  
 Mutterkornpilz 550  
 Muttermilch (vom Menschen) 7, 9, 11,  
 14 f., 18, 20, 754, 756  
 Mycoprotein 406  
 Myoglobin 153 ff., 161, 164, 173–179,  
 193, 204 f., 220, 222, 228, 236, 312  
 Myosin 141, 167, 174–178, 198, 205,  
 245 ff., 255 f., 273, 277  
 Myrcen 456, 460, 493  
*Myristica fragrans* 499  
 Myristicin 302, 460, 475, 499  
*Myrmecocystus* 776  
 Myrrhe 453, 898  
*Myrrhis odorata* 485  
*Mytilus* 266
- N**
- Naan 638  
 Nachtschattengewächse 350, 352,  
 383–387, 426, 480  
 Narezushi 242, 275  
 Nata de coco 597  
 Natrium 77, 92, 121, 135 ff. 202 f., 221,  
 226, 272, 282, 303, 327, 329, 346,  
 400, 402, 561, 573 f., 584, 586, 613,  
 623, 624, 639, 675, 697, 748–753,  
 926, 946  
*Siehe auch* Salz  
 Natron (Küchennatron) 103, 272, 326 ff.,  
 330, 345, 422, 427, 573 f., 590, 609,

- 624 f., 638 f., 641, 646 f., 665, 779, 788, 791, 800, 802, 807, 822, 901, 908, 928
- Natto 579, 582, 586 f.
- Naturalis Historia* (Plinius) 841
- Nebbiolo 845
- Nektar 288, 319, 773–777, 781, 831
- Nektarinen 418 f.
- Nelumbo nucifera* 360
- Neohesperidin-Dihydrochalkon 439, 773
- Neotam 773
- Nervensystem 140, 216, 218, 259, 473, 508, 752, 769, 830, 836, 838, 890, 898
- Nesseln 379, 470, 472
- Nestlé, Henri 27, 811
- Neue Welt 12, 271, 292 f., 386, 426, 443, 477, 481, 503, 531, 575, 578, 587, 595, 6674, 720, 773, 809 f.
- Neufchâtel (Käse) 68
- Neuseeland 149, 162, 231, 424
- Neutronen 945 f.
- Nicotiana tabacum* 482
- Nieren (Innereien) 197, 200 f.
- Nigella sativa* 494
- Nilbarsch 210, 214, 231, 234
- Nitrate 203–208
- Nitrite 145, 173 f., 193, 199, 203–208
- Nitrosamine 145, 204, 402
- Nixtamalisation 561, 564
- Nocino 601, 896
- Nogado 601
- Nonnenfürlichchen 645
- Nori 397 ff.
- Nosing 890
- Nostradamus 346, 416
- Nougat 760, 763, 794, 798–801, 805 f.
- Nouvelle cuisine 678, 689 f.
- Nowell, Alexander 864
- Nudeln 42, 80, 270, 537, 540, 546 ff., 557, 566, 586 f., 595, 667–677, 679, 691, 769, 937.  
*Siehe auch* Pasta
- Nukazuke* 341, 343
- Nukleus, von Pflanzenzellen, 305
- Nüsse 17, 32, 47, 49, 143, 199, 243, 250, 285 f., 291, 294, 317, 331, 359 ff., 368 f., 395, 419, 431, 444, 453, 475, 492, 506, 524, 528, 587–603, 647, 663, 678, 683, 689 f., 725 f., 729 ff., 759, 802, 805 ff., 810, 828, 860, 896 ff.  
*Siehe auch spezifische Nüsse*
- Nusspasten 591, 807
- ## O
- Oberflächenspannung 117 f., 732 ff., 736, 745
- Oberhaut 256 f., 259 ff., 371, 384 f.
- Obst und Gemüse 284–407.  
*Siehe auch spezifische Sorten von Obst und Gemüse*
- Obstessig 902
- Ocimum* 469 ff.
- Oenanthe javanica* 368
- Oeuf à la coque 102
- Oeuf mollet 102
- Okra 342, 381, 394 f.
- Olea europaea* 395
- Oleosine 538
- Oleuropein 344 f.
- Oligosaccharide 570, 579 f., 587, 923, 936–938
- Oliven 209, 340–345, 395 f
- Olivenöl 3, 8, 12, 203, 209, 253, 271 f., 284, 293, 387, 395 ff., 727, 729 f., 734, 741 f., 744, 746, 932
- Omega-Fettsäuren 215 f., 933
- Omelette soufflé* 128 f., 131
- Omelettes 42, 82 f, 106 f., 128 f.
- Önologie* 844
- Oolong-Tee 511–516
- Opium 511, 602
- Opuntia ficus-indica* 369, 431
- Orangen 100, 293, 301, 304, 323, 347, 379, 407–416, 433, , 434–441, 446, 475, 480, 876, 896, 898, 927 f.
- Orangenblüten 46 f., 129, 380, 758, 810
- Oregano 82, 293, 441, 455, 457 f., 460, 462 f., 465, 470–476, 480, 494, 681, 777
- Oreochromis nilotica* 232, 234
- Oreosoma (Fische) 231

*Origanum* 471 f.  
 Orléans-Methode 899 ff.  
*Oryza glaberrima* 552  
*Oryza sativa* 552 f.  
 Osteoporose 16 f., 508  
 Östrogene 2, 148 f., 569 f.  
 Ouzo 483, 493, 898  
 Ovalbumin, in Eiern 89 f., 92, 99, 119, 121  
*Ovis aries* 10  
 Ovomucin, in Eiklar 89 f., 100  
 Ovomuroid, in Eiklar 89  
 Ovotransferrin, in Eiklar  
 Oxalate, in Pflanzen 303, 356 f., 378 f., 425, 428, 602  
*Oxalis tuberosa* 360, 449  
 Oxidation 41 f., 44, 167, 169 ff., 204 ff., 228., 244, 270, 272, 315, 340 f., 396 f., 423, 462, 509, 539, 542, 579, 591, 603, 611, 619 f., 626, 633 f., 718, 726, 767, 778, 808, 843, 849, 852, 855, 858 f., 863, 872, 889, 919 ff., 934, 944, 946

## P

*Pachyrhizus erosus* 360  
 Palatschinken 642  
 Palladius 346  
*Palmaria palmata* 398  
 Palmherzen 350, 369  
 Palmöl 828, 932  
 Palmzucker 585  
 Pampelmusen 436, 438 ff.  
 Panade 131, 177, 189, 251, 335, 473, 632, 915  
 Pancakes 566, 604, 621, 643 f., 696  
 Pandan 460, 481  
 Pandoro 636  
 Paneer (Käse) 70, 75  
 Panela 787  
 Panettone 616 f., 636 f.  
*Panicum* 565  
 Pansen 9, 14, 24, 44, 156, 161, 197  
 Papadams 572, 576  
 Papain 445, 447

*Papaver somniferum* 602  
 Papaya 182 275, 297, 320, 375, 408, 410, 444 f., 447, 709  
 Paprika 290, 293, 315, 321, 323, 335, 350, 352, 368, 383, 386, 392, 490, 493, 576 f., 727, 730, 860  
 Paracelsus, Philippus Aureolus 885 f.  
 Paradieskörner 294, 452, 461, 495 f., 499 f.  
 Paranus 588 ff., 594  
 Parasiten 146 f., 162, 214, 216–219, 242, 272, 286 f., 359, 401, 405, 445, 575, 898  
 Parmesan (Käse) 12, 64, 66, 69–76, 281, 670  
 Parmigiana di melanzane (Aubergine alla Parmigiana) 387  
*Passiflora* 447  
 Pasta 75, 281, 379, 544, 547 f., 605, 613, 667–677, 654, 657, 667 f., 670, 738.  
*Siehe auch* Nudeln  
 Pastasciutta 669  
 Pasten 274, 277, 404, 468, 475, 480, 496, 576, 582 f., 585, 591, 606, 667, 706, 716, 801, 807  
 Pasteten und Terrinen 200 f., 445, 601, 663, 707, 711  
 Pasteur, Louis 13, 25 f., 208, 843 f., 878  
 Pasteurisierung 13, 18 f., 21, 24–33, 39 ff., 50, 57, 62 ff., 70, 77, 97, 122, 126, 261, 283, 304, 344, 414, 418, 581, 584 f., 622, 654, 741, 743, 835, 843 f., 852, 870 ff., 878–881, 899, 901, 911  
 Pastillen 502, 759, 761, 800 f., 804 f., 810  
*Pastinaca sativa* 358  
 Pastinaken 293 f., 303, 307, 350, 357 f.  
 Pâte à pâté 604, 663  
 Pâte brisée 655, 658 f.  
 Pâte de Guimauve 806  
 Pâte Feuilletté 604, 660  
 Pâte sablée 655, 659  
 Pâte sucrée 604, 655, 658 f.  
 Patulin 303  
 Paupiettes 255  
 Pecannüsse 589, 591, 599 f., 804  
 Pecorino (Käse) 11, 69 f., 72, 74 f.  
 Pedersen, Thorvald 3



- Pediokokken** 207  
**Pekmez** 424  
**Pektine** 131, 301, 310 f., 330 f., 338, 342, 347, 349, 382, 386, 414, 431, 434 f., 536 f., 553, 572 f., 590, 632, 651, 675, 694 f., 712, 714–717, 720, 726–731, 734, 747, 763, 788, 800, 806, 923 f., 935–938, 950  
**Pellagra** 532  
***Penaeus*** 259  
***Penicillium*** 67, 70, 72 f., 202, 207, 278, 303, 320, 633  
***Pennisetum*** 565  
**Pentanole (Amylalkohole)** 887  
**Pentosane** 550 f., 636  
**Peptide** 18, 72, 204, 265, 270, 278, 703, 907, 939 f.  
**Periderm** 306 f.  
***Perilla frutescens*** 471, 473, 481  
**Perlhühner** 164  
**Pernod** 471, 483, 898  
**Perry, Charles** 660, 662  
***Persea Americana*** 392, 477  
**Persimonen** 410, 426 f.  
**Persipan** 594  
**Persischer Weizen** 546  
**Pestizide** 101, 288, 295, 303, 380  
**Pesto** 470, 681, 727  
**Peter, Daniel** 811  
**Petersfisch** 231  
**Petersilie** 17, , 83, 129, 199, 290, 293 f., 299, 303 f., 358, 460, 464 f., 474–477, 684, 688 f., 730  
**Petersilienwurzel** 294, 358  
***Petroselinum crispum*** 358, 474, 477  
**Peychaud's bitter** 898  
**Pfeffer** 3, , 82, 108, 199, 250, 252, 288, 290–294, 315, 317 f., 383, 386, 403, 452, 455, 458–462, 465, 479 f., 482, 485 f., 490 f., 495, 497, 499–524, 679, 681–684, 687, 722, 745, 758, 788, 801, 808  
**Pfefferminze** 315, 457, 460, 472, 808  
**Pfeilwurz** 76, 110, 603, 650, 717, 719 f.  
**Pfirsiche** 32, 156, 291 ff., 306, 309, 317, 322, 342, 407, 410, 416–419, 444, 446 f., 499, 527, 592–596, 839, 898  
**Pflaumen** 199, 340 f., 407, 410, 416, 419 ff., 426, 446, 473, 499, 592 f., 651, 892 f.  
**pH** 5, 19, 22, 94, 101, 103, 135, 137, 207.  
*Siehe auch Säure*  
***Phaseolus*** 567, 575 f.  
**Phenolverbindungen** 206, 269, 278, 299 ff., 313 f., 317, 322, 331, 340, 345, 356–361, 369 f., 378, 395–399, 411, 416–426, 432–435, 439, 444, 457 f., 462, 472, 474, 476, 481, 483, 485 f., 496, 498, 503–516, 524–527, 533 f., 538, 548, 552, 566, 569, 574 f., 577, 588, 603, 618, 675, 769, 776, 778, 812 ff., 819, 825, 830, 838, 845, 847, 851, 859, 871 f., 874, 887, 902  
**Phloem** 306, 360, 507  
***Phoenix dactylifera*** 431  
***Pholiota*** 405  
**Phospholipide** 20 f., 24, 88 f., 91, 133, 137, 538, 621, 718, 736, 739 f., 747 f., 923, 929, 933, 935 f.  
*Siehe auch Lecithin*  
***Photobacterium*** 241  
**Photosynthese** 80, 287, 298, 305–313, 316, 351, 366, 369, 390, 397 f., 714, 764  
**Phulka** 638  
**Phyllokladium** 366  
***Phyllostachys*** 369  
***Physalis*** 383, 385, 426  
***Physiologie des Geschmacks, Die* (Brillat-Savarin) 4, 211  
**Phytöstrogene** 2, 569 f.  
**Picada sauce** 597, 730  
**Picasso, Pablo** 898  
***Pichia*** 849  
**Pickles** 341 ff., 444 f., 464, 484, 487 f., 498–502, 679, 882, 903  
**Pidan** 136 f.  
**Pilze** 24, 59, 68, 106, 226, 273, 288, 292 f., 299, 301 f., 314 f., 317, 319 ff., 338, 342, 350 f., 391, 400–407, 472, 534, 550, 586, 621 f., 636, 687, 689, 772, 833, 860  
**Piment** 293, 443, 460, 465, 495, 503, 896**



- Pimento 386, 730, 896  
 Pimiento 383, 490, 492 f.  
*Pimpinella anisum* 483  
 Pinienkerne 199, 487, 587 ff., 600 f., 681, 759  
 Pinot Noir 845, 853, 860  
*Pinus* 600  
*Piper* 479–482, 485, 500 ff  
 Piperin 458 f., 461, 497, 500–503  
*Piperitum* 476, 503  
*Pistacia* 493, 600  
 Pistazien 600, 757, 807  
*Pisum sativum* 391, 567 f.  
 Pizza 74, 76, 377, 472, 638 f.  
 Pizzoccheri 566  
 Platina 104, 199 f.  
 Platon 2  
 Plattfisch 210, 222, 234–238, 249  
 Plattwurm, in Fischen 220  
 Plätzchen 118, 123 f., 129, 608, 622, 664–667, 805  
*Plectranthus amboinicus* 473  
*Pleurotus* 405  
 Plinius, der Ältere 12, 60, 381, 549, 607  
*Plodia interpunctella* 539  
 Plumcots 419  
 Plundergebäck 604, 655, 662 f.  
 Pluots 419  
 Plutarch 454  
 Pochieren 82 f., 90, 94, 97, 105 ff., 124, 138, 189, 220, 244, 246, 248, 251 ff., 270, 272, 280, 389, 684, 705, 739, 913  
 Poi 343, 345, 357  
*Poke* 210, 242 f.  
 pökeln 139, 143, 145, 154, 171, 173 f., 182, 187, 193, 197, 202–210, 218, 229, 270–273, 276 ff., 283, 400, 542, 559, 748, 924, 939  
 Poley-Minze 250, 472  
 Polen 29, 428  
 Polenta 75, 532, 540, 549, 551, 563 f., 566, 810  
 Pollack 255  
 Polnischer Weizen 546  
*Polo* 556  
 Polo, Marco 12, 26, 667 ff.  
 Polydextrose (Litesse) 772  
*Polygonum hydropiper* 482  
*Polygonum odoratum* 480  
 Polymere 251, 493, 808, 906, 921, 936–939  
 Polyole 770  
 Polysaccharide 393 f., 402, 923, 936 ff.  
 Polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAKs oder engl. PAHs) 145, 526  
 Pombe ya ndizi 862  
 Pommes Frites 354 f., 908  
 Pommes purées 354  
 Poolish 627  
 Popcorn 258, 273, 393, 481, 518, 555, 560–563, 576, 788, 916  
 Popovers 604, 641, 645  
*Porphyra* 398  
 Porphyrios 139  
 Porter 489, 865, 869, 875 f.  
*Portulaca oleracea* 379  
 Portulak 294, 369, 379, 395  
 Portwein 836, 843, 855 ff.  
 Porzellan 110, 255, 919  
 Post, C. W. 543  
 Pottasche (Kaliumcarbonat ) 272, 608 ff., 624  
*Pourriture noble* 68, 854  
 Pracht-Himbeere 420  
 Pralinen 804, 811, 821, 824, 829  
 Preiselbeeren 422  
 Prionen 147, 230,  
 Prohibition 885  
 Proof, bei alkoholischen Getränken 890  
*Propionibacter shermanii* 66 f.  
 Proteaseinhibitoren 302, 533, 569  
 Proteine 923 ff.  
     *Siehe auch* Aminosäuren; Peptide  
 Protonen 278, 927 f., 941, 945 f.  
 Proust, Marcel 8, 367  
 Provolone (Käse) 70, 72  
*Prunus* 416–419, 492, 592  
*Pseudomonas* 240, 320  
*Psidium* 443  
 Psoralene 303  
*Pteridium aquilinum* 303, 370  
*Pueraria* 720  
 Pu-erh-Tee 514  
 Puffbohnen 576

Pumpnickel 636

*Punica granatum* 433

Püree 42, 115, 131, 255, 329 f., 336 ff.,  
348, 353 f., 384 f., 387, 393, 414,  
422, 430, 443, 468 ff., 481, 678,  
686 f., 690, 692, 696, 699, 701,  
724–731, 737, 739, 741, 744,  
746 ff., 909

*Pyrus* 415

## Q

Quallen 271

Quatre épices 465

Quatre quarts 648, 651

Quecksilber 216 f.

*Queen's Closet Open'd* 118

Queller 370

Quenelles de brochet 254

Quenelles 254 f.

*Quercus* 840, , 851

Queso blanco 70, 75

Quiche 82, 108, 655, 658

Quinoa 479, 543, 565 ff.

Quitten 310, 328, 346 f., 411, 415 f., 435,  
439, 443, 449, 569

Quorn 406

## R

Radicchio 317, 372 f.

Radieschen 304, 307, 313, 341, 361

Radiowellen 192, 910

Raffinose 936

Rakefisk 275

Raki 898

Rakørret 275

Ranzigkeit 20, 27 f., 33, 41 ff., 51, 73 f.,  
167–171, 204, 206, 208, 270 ff.,  
344, 526, 539, 542, 552, 554, 563,  
579, 589 f., 597 ff., 601, 603, 619,  
766, 783, 803, 808, 819, 821, 892,  
910, 933

*Raphanus* 361, 374

Raps 101, 297, 374

Rapsöl 45, 932

Ras el hanout 465, 481, 500

Rasagollah 30

Rasmalai 30

Rauchpunkt, von Fetten 44, 488, 599,  
934 f.

Rebhuhn 165, 685

Recado rojo 465

Reifen 39, 41 ff., 53, 62, 65, 67, 71, 73 f.,  
77, 85, 100, 158, 167–170, 177,  
187, 197, 204 f., 223, 274, 277,  
301, 310, 320, 323, 345, 355, 361,  
385 f., 392–397, 402, 409, 411,  
415, 418 f., 424, 429, 435, 442, 466  
f., 479, 491, 497, 501, 505, 507, 525,  
558 f., 565, 583, 597 f., 600 f., 726,  
728, 776, 825, 839–846, 850, 853,  
855, 871, 877, 880 f., 886–895,  
901, 904

Reis 1, 42, 128, 136, 142, 242 f., 255,  
273 ff., 289, 261, 291, 323, 341 ff.,  
357, 406, 426, 433, 443, 545, 476,  
481, 492, 494 f., 528, 531, 533–537,  
540–546, 549–561, 565, 567, 572,  
577, 583, 586 f., 592, 595, 603, 605,  
637, 642, 645, 668, 674, 676 f., 683,  
758, 763, 769 f., 785 f., 790 ff., 862,  
869, 899, 902 f., 937

Reisalkohol 831, 862, 877–882

Reisblätter 677

Reisbohnen 567, 578

*Reise durch die Prärien, Eine* (Irving),  
774

Reispapier 250, 557, 677

Reiswein 832, 877–882

Religieuse 76

Remonce 663

Rentier 14

Research Chefs Association 3

Resveratrol 838

Retes 662

Retrogradation, von Stärke 537, 551, 556,  
558, 631 f., 635, 676 f., 935

Rhabarber 293, 366, 370, 427 f., 481,  
566, 898

*Rheum rhabarbarum* 427

*Rhizobium* 568

- Rhizome** 307, 360, 366 f., 489, 496–499  
**Rhizopus** 586, 878  
**Rhodes, V. James** 158  
**Rhus coriaria** 495  
**Ribes** 422  
**Riboflavin** 19, 24, 90  
**Ribose** 236, 935  
**Ricard** 471  
**Ricotta (Käse)** 23, 70, 75, 113 f., 674  
**Riddervold, Astri** 275  
**Riesling** 845, 860  
**Rig Veda** 8, 79  
**Rigor mortis (Totenstarre)** 138, 167, 238 f.  
**Rinderwahnsinn** 2, 138, 147 f.  
**Rindfleisch** 143, 147 f., 152, 155–162, 167–174, 199, 201 ff., 222, 224, 228, 236, 240, 244, 253, 489, 559, 588  
**Risotto** 494, 547, 553, 556  
**Rochen** 215, 221, 224, 226–230, 245  
**Roden, Claudia** 101  
**Rogen.** *Siehe* Fischeier  
**Roggen** 47, 299, 528, , 531, 533, 535 f., 540–545, 549–553, 565, 604, 608, 634 ff., 638, 862, 884 f., 893 f.  
**Roggenbier** 862  
**Romanesco** 350, 382, 597  
**Romesco-Sauce** 730  
**Röntgenstrahlen** 910 f.  
**Roquefort (Käse)** 11 f., 61 f., 67–74  
**Rosa x damascena** 481  
**Roselle** 395  
**Rosenblüten** 465, 485, 806  
**Rosenkohl** 291, 293, 350, 373–377, 383  
**Rosinen** 199, 294, 299, 423 f., 663, 899  
**Rosmarin** 170, 293 f., 322, 380, 460, 462 f., 465, 471, 473, 863  
**Rösten** 104, 351, 364, 518 ff., 552, 566, 574, 583 f., 588, 590, 592, 596, 599, 603, 679, 755 f., 814, 816, 819, 822, 897  
**Royal icing** 126  
**Rozin, Paul** 458  
**Rüben** 291–294, 301, 303, 307, 313, 321, 327, 330 f., 350 f., 360 ff., 368, 374, 378, 428, 479, 566, 784  
**Rübenzucker** 761, 764, 772, 778 f., 781 ff., 784–787, 789 f., 868  
**Rubus** 420 f.  
*Siehe auch die spezifischen Arten der Früchte aus der Familie der Rosengewächse.*  
**Rucola** 374, 377  
**Rumex** 481  
**Ruvettus pretiosus** 221, 232
- S**
- Saba** 788  
**Sabayon** 79, 117, 133 ff., 706, 744, 746, 748  
**Sabban, Françoise** 668  
**Saccharin** 771, 773  
**Saccharomyces** 59, 583, 833 f., 849, 870 f., 877  
**Saccharose** 108, 338, 357, 359 f., 544, 569, 587, 757, 761 f., 764–777, 780–806, 814, 906 f., 947  
**Safran** 83, 115, 134, 293 f., 453, 461, 465, 494 f., 497, 505, 682, 757, 898  
**Safrol** 302, 460 f., 478 f  
**Säfte** 29, 60, 101, 111, 117, 145, 174, 176, 180, 184, 188–191, 208, 245, 247, 249 f., 280, 304, 337, 384, 414, 438, 624, 664, 669, 679 ff., 683–686, 690, 692 f., 697 ff., 702 f., 707, 709 f., 724 f., 739, 746, 757, 766, 778, 780, 782, 786, 842, 885, 896–899, 938  
**Sahne** 7, 11, 13, 20–27, 30, 32–58, 99 f., 105 ff., 109–116, 129, 132, 254 f., 353 f., 371, 403, 449, 482, 489, 499, 524, 572, 592, 596 f., 638, 641, 644–647, 649 f., 658 f., 678 f., 683, 686–689, 692, 696, 702, 710, 712, 714, 730–741, 746 f., 755, 759, 768, 789, 793, 800–803, 810, 821, 824 f., 898, 952  
**Saibling** 214 f., 230, 233  
**Saishikomi** 585  
**Sake** 3, 136, 275, 790, 877–882  
**Salami** 207  
**Salat** 83, 191, 208, 243, 250, 288, 291–295, 301, 304 f., 315 ff., 320, 323, 330, 350, 353, 360 f., 363, 365,

- 368–380, 383, 385, 389, 393, 397 f.,  
408, 445, 448 f., 476, 478 ff., 549,  
557, 562, 587, 712, 745 f., 783, 903
- Salbei** 83, 244, 293 f., 322, 460, 464, 471,  
473 f., 774
- Salmon, William** 203
- Salmonellen** 79, 84, 97, 107, 126, 145 f.,  
148 f., 172, 304, 671, 741, 743
- Salpeter** 203 ff.
- Salsa verde** 744
- Salsa** 369, 377, 431, 448, 490, 680, 683,  
691, 726, 729, 744.  
*Siehe auch* Saucen
- Salvia** 471, 473
- Sambuca** 896
- Sambucus** 426
- Samen** 528–603.  
*Siehe auch* Zerealien; Getreidekörner;  
Hülsenfrüchte; Nüsse; *spezifische*  
*Samen*
- Samenmantel** 443 f., 447, 499, 535, 539,  
541, 558 f., 566, 568–578, 587 f.,  
602, 618, 730
- Sammelsteinfrüchte** 419 ff.
- Sanctorius** 794
- Sanders, Alvin H.** 158
- Sangak** 638
- Sangiovese** 845
- Sansho** 461, 503
- Sapa** 424
- Saponine** 357, 567, 570, 784
- Sardinen** 210, 212, 217 f., 228, 230, 239,  
241, 248, 279
- Sashimi** 210, 242
- Sassafras** 302, 392, 395, 460, 469, 477 ff.,  
502, 730, 808
- Satsivi** 601
- Satsumas** 436
- Satureja** 471, 474
- Saubohnen** 291, 293, 303, 391, 531, 533,  
567 f., 571, 573, 575
- Sauce Béarnaise** 481, 743
- Sauce Hollandaise** 43, 109, 133, 684, 687,  
731, 743, 935
- Sauce Mornay** 75, 687
- Saucen** 678–753.  
*Siehe auch* Emulsionen; Schäume;  
Mayonnaise
- Saucier's Apprentice, The (Sokolov)** 686
- Sauerampfer** 378, 481, 566
- Sauerkraut** 282, 284, 340–344, 376
- Sauerstoff.** *Siehe* Oxidation
- Sauerteig** 604 f., 607, 614, 624–627,  
634–638
- Säugetiere** 7 ff., 15, 142, 302, 395 f., 490,  
704
- Säure.** *Siehe* pH-Wert; *spezifische Säuren*
- Sauternes** 843, 854
- Sautieren** 43, 251, 334, 905, 915
- Sazerac** 885
- Scallopini** 181
- Schaf** 8–12, 14, 18–21, 24, 44, 61, 63,  
66 f., 72, 142, 147, 156 f., 161 f.,  
197 f., 200 .  
*Siehe auch* Lamm, Hammel
- Schafgarbe** 863
- Schafsmilch** 11, 61, 67
- Schalotten** 363 f., 687, 743
- Schäume** 5, 21, 30 f., 37, 79, 117, 119, 121,  
127 f., 133 ff., 337, 522, 570, 602
- Schimmel** 16, 53, 61, 65, 67–70, 72 ff.,  
78, 95, 136, 168, 170, 202, 207,  
270, 278, 303, 320, 340, 342, 345,  
348–350, 401, 406, 475, 534, 558,  
581 f., 584 ff., 621, 633, 678, 690,  
696, 746 ff., 944, 952
- Schinken** 139, , 162, 165, 173, 198,  
202–206, 271, 399, 685, 688, 759,  
762, 939
- Schinus terebinthifolius** 502
- Schizosaccharomyces** 895
- Schlachten** 90, 138, 142, 145, 157, 167
- Schlagsahne** 30, 33 f., 36, 38, 730, 732,  
737, 747
- Schmalz** 45, 162, 197 ff., 208, 564 ff.,  
592, 638, 641, 651, 656 f., 659 f.,  
664, 763
- Schmoren** 138, 189, 251, 360, 688, 691
- Schnapper** 215, 218 f., 232, 241, 246
- Schnaps** 484, 710, 896
- Schnee-Eier** 124
- Schnittlauch** 362 ff., 370, 380, 465, 684
- Schokolade** 29, 47, 110, 119, 127–131,  
361, 505, 507, 512, 524, 588, 624 f.,  
636, 647, 650, 658, 694, 754–831,  
896, 905 ff., 951

- Schraubenbaum 481, 555  
 Schumacher, Ferdinand 552  
 Schwarzbrennereien 885  
 schwarze Bohnen 586  
 Schwarzer Seehecht 211, 215, 232, 235  
 Schwarztee 399, 511  
 Schwarzwurzel 350, 359, 381  
 Schwefelbindungen 120, 611  
 Schwefeldioxid 325, 363, 418, 423 f., 501,  
 788, 848 f., 852, 854, 857, 908  
 Schwefelverbindungen 67, 120 f., 195,  
 240, 317, 321 f., 340, 363 f., 376,  
 385, 394, 397, 403, 406, 422, 425,  
 430, 437, 439, 441 ff., 448, 478,  
 484, 585, 599, 603, 834, 849, 853,  
 860 f., 873, 907  
 Schwefelwasserstoff 23, 26, 101, 103,  
 137, 240, 277, 363, 399, 435, 920  
 Schweine 29, 142 f., 146 ff., 156 ff., 162,  
 165–169, 171 f., 174, 181 f., 187,  
 193, 197–204, 208, 220, 227, 239 f.,  
 243, 253, 404, 443, 472, 530, 699 f.,  
 703, 707, 711, 810, 932 f.  
*Siehe auch* Speck; Schinken;  
 Schweinefleisch 143, 146, 156, 162,  
 167, 171 f., 182, 193, 199, 203 f.,  
 208, 227, 243, 472 f., 484, 507,  
 543, 582  
 Schweizer Käse 66, 72, 74, 277  
 Schwertfisch 210 f., 215, 217, 232, 236,  
 245 f., 249  
 Schwimmblasen 224, 872  
 Scombroid-Vergiftung 218  
 Scones 36, 617, 621, 640 f.  
*Scorzonera hispanica* 359  
 Scotch 891, 893  
 Scott, Reginald 863  
 Scrapie 147  
 Scutellum 541 f.  
*Sechium edule* 388  
 Seegurken 271  
 Seehasen (Lumpfische) 231, 282 f.  
 Seehechte 211, 215, 231 f., 234 f.  
 Seeigel 210, 270, 683, 707  
 Seeteufel 211, 215, 224, 231  
 Seezunge 82, 210 f., 215, 217, 222, 232,  
 237, 241  
 Sehnen, Rind 150 f., 197, 698, 712  
 Seitan 538, 548  
 Sel gris 751  
 Sellerie 291 ff., 303, 306 f., 310, 320, 338,  
 350, 361, 366–370, 461, 474–477,  
 483 f., 681, 700, 751  
 Senf 17, 271, 288, 291, 293 f., 299, 315,  
 317 f., 343, 370, 373–378, 450, 458,  
 461, 486–488, 498, 502, 679, 687,  
 689 f., 741, 747, 903  
 Senföl 288, 299, 361, 375, 377, 488  
 Senfsaat 465, 468, 730, 734  
 Serrano 204, 493  
 Serventi, Silvano 668  
 Sesam 293, 387, 465, 589, 591, 600, 603,  
 607, 758  
 Sesamöl 603  
*Setaria* 565  
 Sforza, Ludovico 593  
*Shabu shabu* 161  
 Shakespeare, William 82, 367, 760, 836  
 Shaobing 638  
 Sherry 447 f., 489, 766, 819, 836, 843,  
 855 f., 860, 889, 907  
 Sherry-Essig 902, 904  
 Shichimi 465  
*Shigella* 304  
 Shimesaba 279  
 Shimofuri 161  
 Shiro 584  
 Shiso 460, 463, 471, 473, 481  
 Shochu 882  
 Shrimps 209, 243, 256 f., 258, 270, 275,  
 669  
 Shu Xi 668  
 Sichuanpfeffer 3, 458, 461, 465, 490, 503  
 Sieden 36, 83, 102–105, 109, 138,  
 189–194, 252 f., 357, 637, 700 ff.,  
 913  
 Silber 100, 108, 120, 122, 326, 453, 917  
 Simmons, Amelia 608, 610, 640, 659  
*Sinapis* 374, 486 f.  
 Single malt 891, 893  
 Siphon 262, 265  
 Siphon 38, 747  
 Sirup 30, 49, 106, 115, 124, 126 f., 131 f.,  
 209, 324, 328, 337 ff., 349, 355, 361,  
 380, 416, 418, 421, 424 f., 430 f.,  
 433, 443 f., 466 f., 482, 487, 489,

- 544, 551, 555, 559, 577, 586, 595,  
597, 601, 641, 644, 647, 652, 665,  
681, 757–769, 773–808, 823 ff.,  
829, 860, 867, 897, 906, 952
- Skorthaliá** 744
- Smith, Page** 84
- Snooks** 231
- Soda Cracker** 638
- Soffrito** 368
- Sofregit** 368
- Soja** 45, 84, 93, 101, 161, 199, 274, 291,  
297, 299, 302, 370, 391, 528, 530 f.,  
533, 538, 567–575, 578–587, 592,  
598, 619, 679 f., 689 ff., 748, 806,  
879
- Sojamilch** 18, 538, 580–582
- Sojaöl** 586, 921, 932
- Sojasauce** 274, 341, 489, 504, 549, 579,  
582–587, 680, 691, 748, 878, 939
- Sokolov, Raymond** 686
- Solanum** 352 f., 383, 480
- Solera-Methode** 855 f., 904
- So-men** 676
- Songhuadan** 137
- Sonnenblumenkerne** 425, 589, 591, 603,  
647
- Sonnenblumenöl** 45, 591, 603, 932
- Sorbet** 337 f, 380, 425, 427, 430, 442,  
444, 448, 791, 839
- Sorbitol** 412, 770
- Sorghum** 534, 543, 545, 565, 789
- Soufflés** 3, 42, 79, 81, 94, 114–117, 119,  
121, 123 f., 127–133, 270, 355, 724,  
823, 839, 952
- Sour cream** 57, 737
- Southern Comfort** 898
- Space Rocks** 807
- Spanakopita** 662
- Sparassis** 405
- Spargel** 292–295, 301, 307, 311, 313,  
320, 327, 350, 366–373, 684, 746,  
860
- Spargelbohne** 391, 578
- Spätzle** 605, 673 f., 673 f.
- Spencer, Percy** 916
- Spießbraten** 184
- Spinat** 83, 292 f., 303, 350, 378 f., 428,  
479, 566
- Spirituosen** 525, 551, 710, 768, 831,  
882–899.  
*Siehe auch Spirituosen; spezifische  
Sorten*
- Spirulina** 399
- Sprossen** 302 ff., 331, 350, 361, 366,  
369 f., 375, 392, 406, 469, 483, 528,  
539, 571, 573, 575 f., 578, 862
- Sprotte** 210, 228, 230, 279
- Sprue** 533
- St. Nectaire (Käse)** 67, 70
- Stachelbeeren** 410, 422 f., 426, 446
- Stachyose** 359, 936
- Stachys** 359
- Staphylococcus** 54, 205, 304
- Starterkultur** 66 f., 583, 606
- Steckrüben** 350, 368, 374
- Steinbutt** 210, 214 f., 232, 236 f.
- Steingut** 200, 916, 918 f.
- Sternanis** 368, 461, 465, 485, 504
- Sternfrucht** 449
- Stevia rebaudiana** 771
- Stickstoff** 3, 24, 41, 45, 50, 145, 173 f.,  
204, 240, 278, 287, 302, 312 f., 322,  
375, 472, 529, 531, 568, 570, 651,  
690, 747, 845, 858, 874, 906 f., 916,  
939 f., 944, 947
- Stilton (Käse)** 62, 67, 70, 135
- Stint** 215, 226, 230
- Stir-fry** 335, 376
- Stockfisch** 271, 272
- Stör** 211, 214 f., 224, 230, 276, 280–283
- Stout** 489, 865, 869, 874 ff.
- Strahlung** 172, 183 ff., 192, 202, 210,  
242, 249, 254, 287, 332, 335, 439,  
463 f., 653, 658, 667, 729, 780, 905,  
910–917
- Straucherbse** 567, 577 f.
- Streptococcus** 52 f., 55, 58, 78, 572, 769
- Strudel** 604, 662 f., 655, 660, 662
- Stubbe, Henry** 810
- Stutenmilch** 12, 59, 841, 886
- subatomare Teilchen** 911, 945
- Suberin** 851
- Sublimation** 171, 324, 340, 951
- Sucralose** 773
- Sufu** 581, 586
- Sukiyaki** 161

- Sumach** 495, 503  
**Suppen** 29, 34, 55, 57, 75, 80, 105, 111, 134, 197, 208, 211, 253, 258, 264, 270 f., 278, 290, 336, 338, 340, 356 ff., 360, 365, 379, 381, 387 f., 393, 395, 397–400, 464, 476, 479 ff., 504, 548, 550, 561 f., 567, 575 f., 587, 591 f., 595, 598, 668 f., 680, 683, 685, 701, 703, 712, 753, 839, 882, 903, 925  
**Sur lie** 850  
**Surimi** 234, 255  
**Surlax** 275 f.  
**Sursild** 275 f.  
**Surstrømming** 277  
*Sus scrofa* 162  
**Sushi** 210, 219, 242 f., 274 f., 397 f., 473, 553, 557  
**Suspensionen** 690, 693–696, 701/715, 729, 824, 944, 952  
**Süßdolge** (Myrrhenkerbel) 485  
**Süßholz** 303, 450, 461, 489, 759, 771 f., 806  
**Süßkartoffeln** 292 f., 307, 330, 350 f., 355 f., 378, 388, 676, 720  
**Süßungsmittel** 346, 349, 762, 770–773, 776 f., 788, 790 f., 808  
**Süßwaren** 417, 524, 598, 754–831.  
*Siehe auch* Bonbons; Schokolade  
**Süßwein** 134, 849, 852 ff., 856, 859  
**Swift, Gustavus** 143  
**Syllabub** 29  
*Syzygium aromaticum* 496  
**Szent-Györgyi, Albert** 315
- T**
- Tabak** 352, 383, 441, 482, 489, 502, 506, 543, 787, 850, 860  
*Tacca* 720  
*Tacsonia* 447  
**Tafelsalz** 329, 573, 749 f.  
**Tagatose** 772  
*Tagetes lucida* 481  
**Taglilien-Knospen** 381  
**Tahini** 591, 603  
**Taillevant** 134, 294, 682  
**Tale of Sir Topas (Chaucer)** 759, 915  
**Talg** 659  
**Tamago dofu** 110  
**Tamales** 564  
**Tamari** 583 f.  
**Tamarillo** 383  
**Tamarinde** 275, 504  
*Tamarindus indica* 504  
**Tangerine** 436 f., 441  
**Tangor** 438, 441  
**Tannine.**  
*Siehe auch* Adstringenz 29, 288, 315, 317, 328, 331, 408, 412, 416, 427, 432, 433, 442, 482, 495, 499, 506, 520, 524, 534, 574, 588, 590 704, 709, 782, 839 f., 845, 847–852, 859, 870, 972, 877, 902  
**Tapioka (Maniok)** 676  
*Taraxicum officinale* 373  
**Taro** 343, 345, 356, 357  
**Tarpun** 230  
**Tate, Henry** 7782  
**Tatsoi** 374, 378  
**Tauben** 80, 154, 164  
**Taybeeren** 421  
**Tee** 3, 12, 17, 29, 47, 103, 137, 244, 299, 315, 317, 324, 337, 370, 380, 398, 399, 441, 450, 451, 470, 473, 508 ff., 534, 550, 690, 704, 709, 759, 763, 769, 771, 812, 838, 860  
**Teffhirse** 543  
**Teig** 70, 201, 244, 251, 544, 548, 549, 557, 564, 566, 604 f., 608–677, 683, 752, 915, 926  
**Teigtaschen** 605, 655, 662, 668 f., 674 ff.  
**Tempeh** 579, 582, 586, 587, 879  
**Temperatur - Siehe** Frieren; Hitze; Kühlen  
**Tempoyak** 443  
**Tempura** 251, 557, 646  
**Tengusa** 398  
**Teparybohne** 587  
**Tequila** 885, 896 f.  
**Terpene** 156, 299, 321, 322, 368, 391, 393, 396, 435, 437, 444, 445, 450, 456 f., 462, 472, 473, 476, 480, 493, 498, 501, 503, 855, 860 f., 868, 887, 895, 898 f.



- Terrinen 39, 196, 200, 201, 254, 255,  
 445, 663, 710  
 Terroir 845 ff.  
 Testosteron, in der Fleischproduktion 148  
*Tetragonia tetragonioides* 378  
*Tetragonolobus purpureus* 391  
 Thai-Ingwer 275, 496  
 Thaumatin 773  
*Theobroma cacao* 812  
 Theobromin 813 f., 819, 830  
 Theophrastus 360, 454  
 Theophyllin 509  
 Thiocyanate 299  
 Thorne, Oakleigh 158  
 Thunfisch 210, 214, 215, 217, 218, 222,  
 227, 228, 232, 234 f., 238, 240, 242,  
 244 f., 248, 279 f., 283  
 Thymian 156, 290, 293, 294, 307, 322,  
 436, 437, 440, 456 f., 460, 462, 463,  
 465, 471, 472, 474, 483, 494, 684,  
 777  
*Thymus vulgaris* 471, 474  
 Tickletooth, Tabitha 326  
 Tilapia (Buntbarsch) 210, 232, 234  
 Timbalen 129, 132  
 Tintenfisch 182, 268, 269, 704, 767  
 Tintensekret (von Tintenfischen) 767  
 Tocotrienole, in Samen 523  
 Tofu 17, 569, 571, 579 f., 586, 763  
 Tokajer 843, 854  
 Tomaten 227, 253, 274, 290 f., 299, 300,  
 304, 313, 317, 320, 321, 323, 325,  
 330, 334, 338, 349, 350, 352, 358,  
 383 ff., 408, 410, 411, 426, 430, 435,  
 482, 573, 687 ff., 694, 701, 711,  
 723, 726, 728 f., 734, 929, 939  
 Tomatillos 385, 386, 426  
 Tonic 885, 895  
 Tonkabohnen 303  
 Topinambur 299, 301, 307, 350, 358,  
 359, 362, 381, 938  
 Torchon 196  
 Torrone 777, 806  
 Tortillas 561, 564, 565, 606, 638, 776 f.  
*Torulaspota* 875  
*Torulopsis* 572, 583  
 Totenstarre bei Fleisch 167  
*Trachyspermum ammi* 483  
*Tragopogon porrifolius* 359  
 Tranchieren 138, 193  
 tränenreizende Stoffe, in der Familie der  
 Lauchgewächse 362, 363  
 Traubenkernöl 932  
 Trehalose 772  
*Tremella fuciformis* 405  
 Trester 848, 891, 896  
*Trichina spiralis* 146  
 Trichinellose 146  
*Tricholoma* 405  
 Triglyceride 929, 930, 932, 935 f.  
*Trigona* 773  
*Trigonella foenumgraecum* 489  
 Trimethylamin (TMA), in Fisch 72, 240  
 Trimethylaminoxid (TMAO), in Fisch 221  
 Triple Sec 896  
 Triticale 543, 565  
 Trockenmilch 26 f., 47, 49, 811, 819  
 Troisgros (Familie) 689  
*Tropaeolum majus* 480  
 Trüffel (Pilze) 292, 200, 350, 401, 404 f.,  
 484, 687  
 Trüffel (Schokolade) 824, 826  
 Truthahn 80, 154, 163, 164, 186, 189,  
 810  
 Tryptophan 561, 940  
 Tsampa 550, 638  
*Tuber magnatum Pico* 404  
*Tuber melanosporum* 404  
*Tuber* 404, 405  
 Turbinado-Zucker 786  
 Turkish Delight 712, 8086  
 Turron 806  
 Tyramin 78  
 Tyrosin 205, 352
- U**  
 Überbacken 76  
 Überfischung 211, 235, 282  
 übersättigte Lösung 796  
 Udon 675 f.  
 UHT 25, 33  
 Ultraviolettes Licht 17, 287, 463, 729,  
 805, 873, 910 f.

- Ulva lactuca* 398  
 Umami 315, 316, 317, 400, 451, 939  
*Umbellularia californica* 478  
 Umberfische 232  
 Umeshoshi *Undaria* 417, 473  
 Urdbohnen 567, 572, 578  
 Ureinwohner Amerikas 560, 599, 779, 810  
 Urin 17, 367  
*Ustilago esculenta* 406  
*Ustilago maydis* 406
- V**
- Vaccinium* 421 f.  
 Vakuolen, in Pflanzenzellen 305, 306, 310,  
 313, 314, 316, 327, 328, 333, 362,  
 408, 414  
*Valerianella* 379  
 van-der-Waals-Kräfte 929, 939, 941,  
 948 – 951  
 Van-Houten, Coenraad 811, 822  
 Vanille 24, 49, 292, 293, 322, 380, 446 f.,  
 452, 457, 458, 461, 482, 497, 504 f.,  
 525, 527, 595, 636, 777, 780, 810,  
 815 f., 819 f., 840, 851, 860, 894,  
 897  
 Vanillin 406, 422, 457, 461, 504, 406,  
 407, 525, 527, 555, 598, 633, 780 f.,  
 815, 839 f., 851, 897  
 vegetarische Ernährung 523, 538, 584  
 Velouté 255, 686 f., 723, 744  
 Ventresca 236  
 Verdickungsmittel 49, 122, 485, 678 – 748,  
 791  
 Vergiftung.  
*Siehe auch* Lebensmittelvergiftung;  
 Toxine 204, 218, 219, 402, 550, 707,  
 830, 919, 920  
 Verjus 100, 134, 279, 424, 682 – 685  
 Vermahlen 200, 546, 563, 606, 607, 618,  
 619, 621, 671, 677, 718, 786, 810 f.,  
 815 f., 866, 878, 880  
 Vermicelli 669  
 Verunreinigungen 203, 205, 396, 599,  
 700 f., 712, 718, 750 f., 782 – 785,  
 787, 918, 926
- Vesikeln (Saftschläuche), in Zitrusfrüchten  
 434, 435, 438  
*Vibrionen* 217  
*Vicia faba* 391, 567, 568, 575  
 Vicin 303, 575  
*Vigna* 391, 567, 578  
 Viili 58  
 Viktoriabarsch 210, 214, 234  
 Vin de noix 601  
 Vinaigrette 327, 371, 488, 678, 690 ff.,  
 730, 745 f., 748, 903, 952  
 Viren 89, 90, 214, 217, 218, 304  
 Vitamin A 14, 19, 87, 296, 313, 332, 357,  
 377 f., 386, 435  
 Vitamin C 14, 17, 296, 315, 332, 341,  
 352, 353, 381, 384, 386, 411, 418,  
 422, 424, 433, 443, 492, 539, 619,  
 942  
 Vitamin D, in Milch 17  
 Vitamin E 397, 535, 588, 592, 603, 929  
*Vitis* 423, 845 ff.  
*Volvariella volvacea* 405
- W**
- Wacholder 460, 479, 884, 894 f, 904  
 Wachs 323, 378, 390, 437, 776, 929  
 Wachskürbis 388, 390  
 Wachtel 164  
 Waffeln 572, 604, 617, 644, 664, 666  
 Wagner, John 865  
 Wahoo 218, 232  
 Wakame 398, 399  
 Walnuss 589, 591, 599 f., 689, 810, 896  
 Walnussöl 932  
 Wan Tan 668  
 Wärmeleitung (Konduktion) 909, 913,  
 915, 921  
 Wärmestrahlung 910 – 913  
 Wasabi 450, 458, 461, 486, 488, 489  
*Wasabi japonica* 489  
 Washington, George 885  
 Wasserbad 29, 105, 111, 112, 114 f., 126,  
 130, 132, 134, 135, 166, 172, 196,  
 201, 255, 349, 743, 748, 781, 823,  
 827 f., 927

- Wasserbüffel 9, 10, 19  
 Wasserdruck, in Pflanzenzellen 309, 329  
 Wasserglas, zur Konservierung von Eiern 135  
 Wassermelonen 312, 342, 388 f., 408, 410, 428, 430 f., 447, 893  
 Wasserminze 472  
 Wasserpfeffer 482  
 Wasserstoffbrückenbindung 924 ff., 929 f., 934, 937, 939, 941, 948, 950 f.  
 Weichtiere –  
     *Siehe auch* Seeohren;  
     Muscheln; Tintenfisch; Austern;  
     Jakobsmuscheln; Kalmare 210, 214, 227, 245, 256, 258, 261 ff., 394  
 Weichweizen 545 f., 606, 607, 616 f., 620, 648  
 Wein 2, 12, 25, 29, 42, 76, 77, 80, 82, 105, 133, 134, 139, 167, 181, 189, 197, 202, 249, 250, 252, 274, 276, 279, 294, 328, 341, 342, 345, 414, 416, 423, 426, 433, 444, 454, 487, 488, 506, 524, 525, 622, 704  
 Weinblätter 371, 379  
 Weinessig 901–904  
 Weinreben 291, 841 f., 845 ff., 893, 899  
 Weintrauben 100, 293, 299, 301, 315, 328, 340, 407, 410, 420, 423 f., 436, 444, 446, 449, 480, 561, 831, 840 ff., 844, 846 ff., 854, 863, 892, 896, 903  
 Weißbier 875  
 Weißer Tee 514  
 Weißfische 220  
 Weizen 12, 42, 289, 291, 370, 400, 454, 528, 530, 531, 533, 535, 536, 538–552, 557, 559, 565, 567, 577, 582, 584 f., 606, 608, 611, 620, 621, 635, 637, 638, 645, 646, 654, 660, 664, 667–677, 683, 697, 715, 717 ff., 758, 763, 791 f., 806, 862, 866, 869, 875 f., 878 f., 893 f., 899, 941  
 Weizenbier 862, 875 f., 878 f  
 Weizenkeime 549  
 Welken 308  
 Wels 230  
 Wermut 12, 475, 856 f., 885, 898  
 Westindische Inseln 436, 480, 559, 760 f., 769, 779, 884, 895  
 Whiskey 559, 840, 884–894  
 Whisky 506, 834, 839, 865, 883–894, 898  
 Wiederkäuer 9, 11, 12, 14, 223  
 Wild 138, 142, 165, 170, 479, 525, 600, 660, 707, 722  
 Wildgeflügel 138, 164, 165  
 Wildgeschmack 156, 165, 166  
 Wildschwein 146, 162, 165, 597, 722  
 Williams, Jesse 62  
 Williamsbirne 415, 892  
 Windbeutel 355, 604, 641, 645, 646  
 Wintergrün 460, 482, 805  
 Winterweizen 618  
 Wittling 231, 234  
 Wodka 339, 467, 710, 835, 885–891, 896  
 Wolfsbarsch (Seebarsch) 214, 215, 231, 234, 235  
 Wrigley 808  
 Würste 139, 197, 198 ff., 254, 341, 473, 481, 484, 485, 497, 499, 601, 830  
 Wurzel und Knollen 350, 359, 667, 714, 717–720, 727  
 Wurzelbier 302, 478, 479  
 Wurzelgemüse 250, 285, 307, 330, 343, 350, 356 f., 561, 371, 378, 646, 667, 714, 727  
 Würzmittel 270, 274, 276, 339, 351, 387, 398 f., 433, 436, 440, 444, 445, 473, 486, 487, 548, 549, 557, 582, 583, 585, 586, 679, 688 f., 748, 758, 777, 903, 946
- X**
- Xanthan 557, 637, 938  
 Xanthophyll 87, 560, 672  
 Xanthosoma 357  
 Xiandan 136  
 Xylem 306, 361  
 Xylitol 772

## Y

Yak 9, 10, 12, 14  
 Yak-Milch 10  
 Yambohne 360  
 Yams 291, 351, 357, 720  
*Yersinia* 304  
 Young, William G. 47  
 Youngbeeren 420, 421  
 Ysop 460, 471  
 Yuba 538, 580  
 Yuzu 437, 441

## Z

Za'atar 78, 133 f., 465  
 Zabaglione 135, 748  
 Zackenbarsche 218, 219, 231  
*Zanthoxylum* 503  
*Zea mays* 393, 559  
*Zea mexicana* 559  
 Zeaxanthin 191, 299, 300, 301, 312, 352, 393, 561  
 Zebu (Buckelrind) 9 f., 12, 14  
 Zellulose 131, 200, 301, 402, 900  
 Zellwände, von Pflanzen 143, 301, 306, 309 f., 320, 323, 324, 329 f., 335 f., 342, 346, 347, 349, 353 f., 358, 359, 361, 370, 382, 385, 386, 398, 402, 403, 411, 414, 416, 418, 425, 436, 448, 468, 520, 527, 535, 539, 543, 550, 555, 561, 564, 569 f., 568, 590, 630, 636, 693, 715, 725–729, 748, 763, 788, 851, 866 f., 882, 924, 926, 935, 938  
 Zerealien.  
*Siehe auch Getreide; spezifisches Getreide* 528, 531, 540, 541, 543, 544, 565  
 Zhug 465  
 Zichorien 292, 350, 372, 373  
 Ziege 7 ff., 14, 18, 19, 21, 72, 142, 157, 161  
 Ziegenkäse 66, 67, 69, 72, 75  
 Ziegenmilch 24, 55, 63  
 Zimt 115, 134, 244, 290 f., 322, 403, 443, 452, 453, 456 f., 461, 462, 465,

470, 477, 482, 498, 503, 507, 508, 519, 524, 682 f., 730, 759, 810  
 Zimtaldehyd (Cinnamaldehyd) 461, 508  
*Zingiber officinale* 496  
 Zink, um die Farbe von Gemüse zu erhalten 137, 327  
 Zitronen 293, 341, 343, 345, 346, 407, 410, 422, 434, 437, 438, 439, 440, 446, 470, 473, 480, 503, 576, 661, 673, 684, 687, 726, 738, 741–744, 762, 928  
 Zitronengras 460, 479, 480, 496  
 Zitronenmelisse 471  
 Zitronenschale 129, 467, 895, 896  
 Zitronenverbene 460, 480  
 Zitrusfrüchte.  
*Siehe auch spezifische Zitrusfrüchte* 291, 299, 319, 321, 323, 347, 348, 358, 396, 407, 409 f., 417, 423, 434 ff., 446, 456, 457, 472, 485, 486, 499, 773, 775, 777, 860, 868, 874, 876, 895 f., 938  
 Zizania 406, 558  
*Ziziphus jujuba* 433  
 Zöliakie 533, 534  
 Zucchini 381, 388, 647  
 Zucker.  
*Siehe* Fructose; Glucose; Lactose; Maltose; Saccharose; Süße  
 Zucker, Charles 400  
 Zuckerhirsensirup 788 f.  
 Zuckerkunst 803  
 Zuckerrohr 243, 540, 754, 757 f., 760 f., 764, 768, 772, 781–788  
 Zuckerwatte 121, 801 f.  
 Zunge (Innereien) 194, 195  
 Zwiebeln 7, 198, 209, 243, 244, 288, 290, 291, 293, 299, 301, 308, 313, 315, 317 f., 338, 350, 360, 362 ff., 370, 442, 465, 468, 475, 478, 484, 504, 681, 687 f., 700, 730  
 Zyanid, in Pflanzen 369, 417, 565, 569, 576, 577  
*Zygosaccharomyces* 583, 904

