

Vorwort	6
Einführung	8
Römer, Herren, Bauersleut Küchen am Niederrhein von der Römerzeit bis zum 19. Jahrhundert	12
Kleine Flamme, große Hitze Geschichte(n) rund um das Feuer in der Küche	24
Weiß und sauber Hygiene und Fortschritt möbeln die Küche auf	36
„Nicht für Kinder ist der Türkentrunk ...“ Kaffee erobert die niederrheinischen Küche	48
Wasser ist zum Waschen da Geschichte(n) rund um das Wasser in der niederrheinischen Küche	56
Der nächste Winter kommt bestimmt Vorratshaltung und Konservierungstechniken im Wandel der Zeit	66
Fleißig, fromm und frohgemut Niederrheinische Hausfrauen	90
Geschichte zum Anfassen Niederrheinische Küchenmuseen	98
Wie es Euch gefällt Niederrheinische Küchen heute	118
Rezeptverzeichnis und Bildnachweis	120