

# Inhalt

Vorwort . . . . .	7
Einführung	
Warum schmeckt ungesundes Essen so gut?	
<i>Eine Einführung in die Kultur des Essens</i> . . . . .	9
1. Affenmenschen, Schneckenfresser, Ackerbauern	
<i>Die Nahrungssuche in der Ur- und Frühgeschichte</i> . . . . .	21
2. Der Proviant der Mumie	
<i>Die Speisen der frühen Hochkulturen</i> . . . . .	38
3. Die Fischsoße beim Gelage der Philosophen	
<i>Esskultur in der griechischen Antike</i> . . . . .	58
4. Brot und Spiele	
<i>Die Welt des Imperium Romanum</i> . . . . .	77
5. Mord beim Gastmahl	
<i>Nahrung im frühen Mittelalter</i> . . . . .	94
6. Europa im Dornröschenschlaf?	
<i>Das ländliche Leben im hohen und späten Mittelalter</i> . . . . .	113
7. Stadtluft und Brei	
<i>Internationale Küche in der spätmittelalterlichen Stadt</i> . . . . .	128
8. Brot gegen Fleisch	
<i>Hungrig und satt in der frühen Neuzeit</i> . . . . .	147

9. Der hungrige Fabrikarbeiter 1789-1850 . . . . .	169
10. Die Industrie auf dem Tisch 1850-1914 . . . . .	187
11. Das Essen und der Krieg 1914-1945 . . . . .	209
12. Vom Hunger zur »Fresswelle« und zurück 1945-2001 . . . . .	234
Anmerkungen . . . . .	259
Literaturverzeichnis . . . . .	282
Abbildungsnachweise . . . . .	319
Register . . . . .	321