Önsöz 9
Kısaltmalar 13
Giriş 15
Çevre ve Tabii Kaynaklar 23
Anadolu'nun Tarım ve Hayvancılık Açısından Zenginliği ve Romalılar Devrindeki Aydınlatıcı Durum 44
Gıda Üretimi, Beslenme ve Hitit Metinleri 50
Beslenme ve Sağlık 59
Arazi Mülkiyeti ve Çiftçiler 61
Erzak Siloları, Beslenme ve Kıtlık Yılları 79
Avcılık ve Devşiriciliği Bırakıp Yerleşik Hayata Geçiş 91
Prehistorik Dönemde Üretim ve Beslenme 95
Buğday Üretimine Geçiş 97
Hititlerde Tarım ve Hayvancılığın Önemi 100
Av Hayvanları ve Ehlî Hayvanlar 104
Metinlere ve Arkeozoolojik Verilere Göre Hayvan Çeşitleri 106
Eti Yenen ve Yenmeyen (Tabu) Hayvanlar 107
Mutfak Kapları ve Yemek Takımları 114
Hayvan Kesme Şekilleri 121
Kesilen Hayvanların Yenilen ve Yenilmeyen Uzuvları 124

Etlerin Yemek Haline Dönüştürülmesi. Kaynaklar ve Mezopotamya Mutfağındaki Durum 125
Pişirmekle İlgili Terminoloji 131
Hitit Mutfağında Yemek Çeşitleri 132
Et Yemekleri 132
Diğer Yemek Türleri: Ekmek, Çorbalar, Hamur İşi ve Sebzeli Yemekler 141
Bira Üretimi ve Tüketimi 156
Şarap ve Şarap Üretimi 165
Meyve Suları Biliniyor muydu? 168
Tuz ve Kullanımı 169
Mutfakla İlgili Yapılar 172
Mutfak Personeli 178
Yemek Öğünleri, Resmî Yemekler ve Büyük Ziyafetler 182
Beslenme, Şifalı Otlar ve İlâç Üretimi 186
Lokanta ve Meyhaneler 187
Beslenme, İnsan Bünyesi ve Demografiye Etkileri 188
Sonuç 192
Dizin 193