



Presse-Information

Knackig, frisch, unwiderstehlich

*„Zurück zu den Wurzeln! Und zu Blättern, Stielen, Sprossen
und allem, was grün, frisch und lebendig ist.“*

Tanja Dusy



So verführerisch haben Sie Gemüse noch nie erlebt! Zucchini flirtet mit Algen, Spinat umschmeichelt Brokkoli, Grünkohl und Avocado verabreden sich zum Speed-Dating auf dem Teller. Das ist Liebe auf den ersten Biss: „**Shades of Green**“ von Tanja Dusy bietet junge, kreative vegetarische Rezepte, die vor Gesundheit nur so strotzen. Ob Smoothie, Salat, Suppe, Pasta oder Risotto — das Geheimnis dieser Küchenlieblinge: Hauptsache, viel Grün! Tipps zum Mitnehmen, Einlegen und Aufbewahren sowie Wissenswertes zu Antioxidantien, Micro-Greens und den besten Gemüsesorten jeder Saison runden die 97 Rezepte mit Sexappeal ab.

ZS Verlag
Tanja Dusy
Shades of Green
Gemüserezepte, die gesund, schlank und sexy machen
160 Seiten | Format 19,7 x 25,5 cm
€ [D] 18,99 | € [A] 19,50
ISBN 978-3-89883-528-2
Erscheinungstermin: 23. März 2016

Die Kochbuchredakteurin und vielfach ausgezeichnete Autorin **Tanja Dusy** ist am Herd ganz und gar nicht monogam, sondern immer auf der Suche nach neuen Eroberungen. Gefunden hat sie die grüne Küche. Ihrem Motto ist sie natürlich trotzdem treu geblieben: „Rezepte dürfen nur so kompliziert wie nötig sein und müssen trotzdem einen besonderen Pfiff haben.“



© Klaus Maria Einwanger