



Presse-Information

Gestern war Eisnaschen eine Sünde, heute macht es schön!

„Klingt paradox: Detox mit Eis!? Aber es funktioniert.“

Kerstin Pooth



ZS Verlag
Kerstin Pooth und Astrid Saß
Superfood-Eis
128 Seiten | Format 18,8 x 24 cm
€ [D] 15,99 | € [A] 16,40
ISBN 978-3-89883-564-0
Erscheinungstermin: 26. April 2016

Zum Dahinschmelzen lecker und zum Staunen gesund: Dieses Eisbuch stellt die Eiswelt auf den Kopf! Denn die süßen Sünden machen gesünder, schöner und glücklicher - dank Superfoods! Gojibeeren, Chiasamen & Co. punkten mit extra vielen Vitaminen, wertvollen Mineralien und Antioxidanzien: Eis als Energy-Booster, Detox-Mittel, Schönheits- und Gute-Laune-Bringer – geht alles. Für das erste Buch über Eis mit Gesundheits-Benefits haben Kerstin Pooth und Astrid Saß über 40 unkomplizierte Rezepte entwickelt. Alle mit Alternativen zu Milch und Zucker: Die richtigen Superfoods, frisches Obst und die ein oder andere „geheime“ Zutat machen das kalorienarme vegane Eis zum Sommerhit. Auch ohne Eismaschine lassen sich viele der unkomplizierten Rezepte einfach herstellen. Von sündigen Kalorienbomben zu köstlichen Vitalkugeln – „**Superfood-Eis**“ lässt eine neue Eiszeit anbrechen!

Kerstin Pooth

Ihre eigentliche Heimat ist die Lifestyle- und Fashion-Branche, ihre Leidenschaft sind Kochen und Backen. Besonders gerne Desserts. Die Eismaschine ist daher im Dauereinsatz, Genuss und Gesundheit müssen mit rein, gern auch Alternativen zu herkömmlichen Milchprodukten und Haushaltszucker. In Frankfurt versorgt sie mit ihrem Eis inzwischen eine echte Fangemeinde.

Astrid Saß

Als Journalistin gehört das Aufspüren von neuen Trends zu ihrem Tagesgeschäft. Privat beschäftigt sie sich mit gesunder Lebensführung und ausgewogener Ernährung. Dabei hat die Hamburgerin eine große Schwäche für alles Süße. Die Kombination von Eis mit Superfoods ist für sie DER Mega-Trend in Sachen Desserts.