

ZS Vorschau Frühjahr 2023



DER HAFER-MASTERPLAN

Das 2-Wochen-Programm für mehr Gesundheit und Energie

Inhalt

Lange Zeit unterschätzt, liegen **Haferflocken wieder voll im Trend!** Kein Wunder, denn sie sind im besten Sinne **heimisches Superfood**. Sie punkten mit einem hohen Anteil an Slow Carbs, jeder Menge Proteinen, B-Vitaminen, Mineralien und Antioxidantien. Und nicht zu vergessen: einer **Extraportion Beta-Glucan**, das nachweislich den Cholesterin- und Blutzuckerspiegel senkt!

Auch Ernährungsmediziner und **Diabetologe Dr. Matthias Riedl** weiß die beliebten Flocken zu schätzen. Schließlich helfen sie dabei, **ernährungsbedingte Krankheiten** zu lindern und eine **gesunde Gewichtsabnahme** zu erleichtern, wie neueste wissenschaftliche Studien belegen.

Mit Dr. Riedls **2-Wochen-Masterplan** lassen sich die **kleinen Nährstoffwunder** ganz einfach in den Speiseplan einbauen: Drei abwechslungsreiche Mahlzeiten pro Tag machen die moderne Form der **Haferkur** nicht nur gesund, sondern auch lecker. Dazu gibt es **Hafer-Basisrezepte**, wertvolle **Ernährungstipps** und alles Wissenswerte **rund um das Supergetreide**.

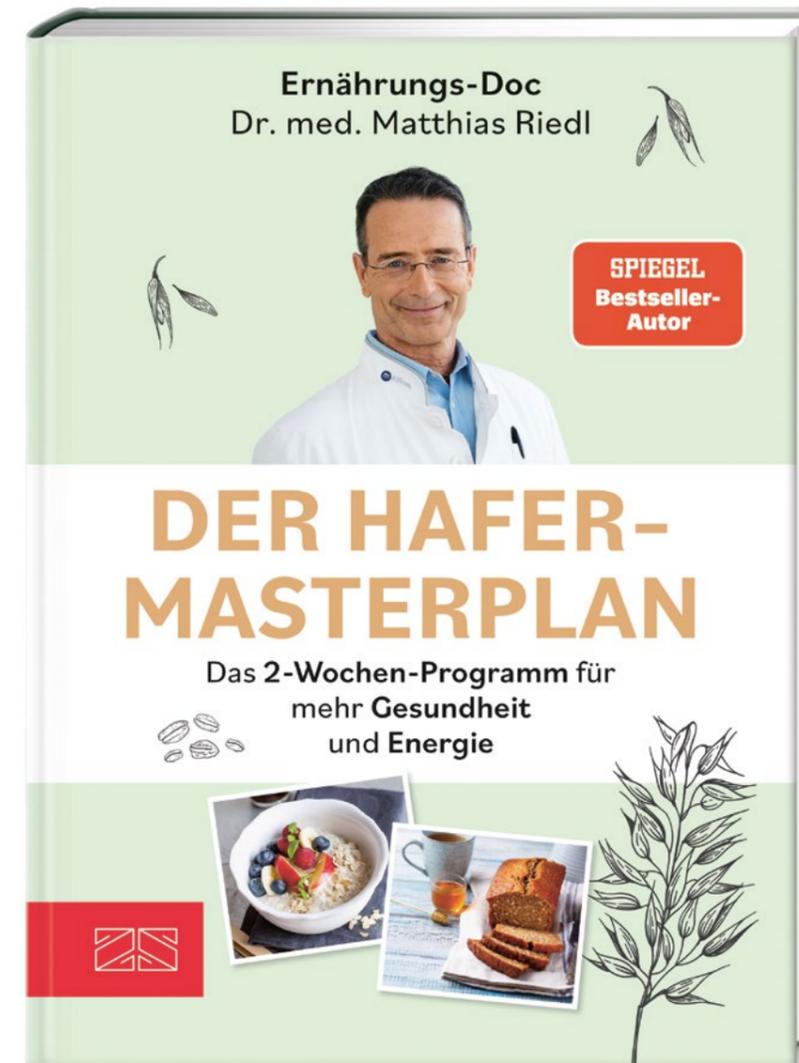
USPs, Presse und Marketing

- Der Klassiker unter den Getreiden neu entdeckt – Hafer liegt voll im Trend
- Ob ernährungsbedingte Krankheiten oder Abnehmen – das heimische Superfood ist ein Alleskönner in Sachen »Gesundheit«
- Die moderne Haferkur von Ernährungsdoc und Spiegel-Bestseller-Autor Dr. Matthias Riedl
- Der 14-Tage-Ernährungsplan mit alltags-tauglichen Rezepten und Tipps aus der Praxis

SPITZENTITEL

DR. MED. MATTHIAS RIEDL
DER HAFER-MASTERPLAN
DAS 2-WOCHEN-PROGRAMM FÜR
MEHR GESUNDHEIT UND ENERGIE

128 Seiten, Hardcover
Format 15,5×20,8 cm
WG: 1461
17,99€ (D) / 18,50€ (A)
ISBN 978-3-96584-313-4
Erscheint: April 2023



Das könnte Sie auch interessieren



DR. MED. MATTHIAS RIEDL
**MEIN WEG ZUR GESUNDEN
ERNÄHRUNG**
22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-075-1



Dr. med. Matthias Riedl ist ärztlicher Direktor der von ihm 2008 gegründeten Medicum Hamburg MVZ GmbH, die einzigartig in Europa die Diabetologie mit der Ernährungsmedizin und neun angrenzenden Facharzttrichtungen ganzheitlich verbindet. Im Vorstand des Bundesverbands Deutscher Ernährungsmediziner (BDEM e. V.) engagiert er sich für die Förderung der Ernährungstherapie. 2013 nahm ihn das Magazin »Focus« in seine Empfehlungsliste »Top-Mediziner« auf.



© Michael Wiffling



SO WIRD GESUNDER LEBENSSTIL ZUM LEBENSRETTER

90% aller Herzinfarkte könnten
vermieden werden

SPIEGEL
Bestseller-
Autoren

Über
21.000
verkaufte
Bücher

GUT FÜRS HERZ:

NDR-Bewegungs-Doc Dr. Helge Riepenhof
& Spitzenkoch Holger Stromberg



GEMEINSAM FÜR EIN STARKES HERZ

Die besten Rezepte und Übungen für ein gesundes Herz-Kreislauf-System

Inhalt

Wir essen zu viel Ungesundes und bewegen uns zu wenig. Ein solcher Lebensstil bleibt nicht ohne Folgen. Nach wie vor sind **Herz-Kreislauf-Erkrankungen die Todesursache Nummer eins** in den westlichen Industrieländern. Dabei könnten **90 Prozent aller Herzinfarkte vermieden werden**, wenn wir uns gesünder ernähren würden und regelmäßig körperlich aktiv wären.

Spitzenkoch Holger Stromberg und Bewegungs-Doc Helge Riepenhof haben ein **ganzheitliches Programm für ein herzgesundes Leben** entwickelt, mit dem jeder selbst etwas tun kann – und zwar mit Genuss und Spaß! Bringen Sie Lebensmittel auf den Teller, die Ihre Gefäße jung halten und den Blutdruck senken. Machen Sie Ihr Herz-Kreislauf-System mit Übungen stark.

Mindern Sie Ihr Risiko für einen Infarkt und beugen Sie operativen Eingriffen vor, indem Sie besser essen und öfter mal in Schwung kommen. Der Ernährungsexperte und der Sportmediziner zeigen **mit fundiertem Wissen, pflanzenbasierten Rezepten und alltagstauglichen Trainingseinheiten**, wie Sie Ihren Lebensstil zum Lebensretter machen.

USPs, Presse und Marketing

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind nach wie vor die Todesursache Nummer eins in Deutschland
- 90 Prozent aller Todesfälle gelten als Folge eines ungesunden Lebensstils: Jeder kann schon früh im Leben ganz viel für ein gesundes Herz tun
- Prominente Autoren: Bewegungs-Doc Dr. Helge Riepenhof und Spitzenkoch Holger Stromberg helfen mit ihrem Erfolgskonzept
- Großer Praxisteil zur Selbsthilfe mit Genussrezepten, Übungen und nützlichen Anregungen für einen herzgesunden Lebensstil

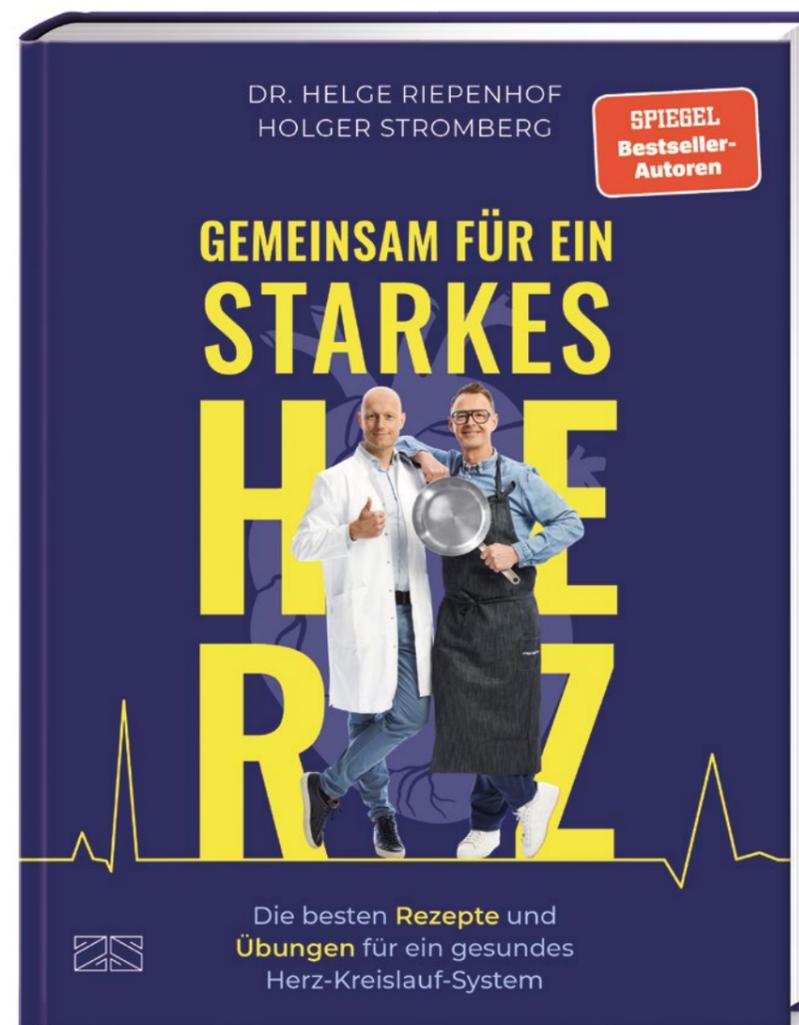
Das könnte Sie auch interessieren



DR. MED. HELGE RIEPENHOF,
HOLGER STROMBERG
GEMEINSAM GEGEN OSTEOPOROSE
24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-96584-205-2



DR. MED. HELGE RIEPENHOF,
HOLGER STROMBERG
STARK GEGEN SCHMERZEN
24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-96584-094-2



SPITZENTITEL

HOLGER STROMBERG,
DR. MED. HELGE RIEPENHOF
GEMEINSAM FÜR EIN STARKES HERZ
DIE BESTEN REZEPTE UND
ÜBUNGEN FÜR EIN GESUNDES HERZ-
KREISLAUF-SYSTEM

192 Seiten, Hardcover
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1461
24,99€ (D) / 25,70€ (A)
ISBN 978-3-96584-343-1
Erscheint: April 2023



Dr. med. Helge Riepenhof ist Facharzt für Rehabilitationsmedizin, Orthopädie und Unfallchirurgie sowie Sportmediziner und Chefarzt im BG Klinikum Hamburg. Er betreute Profisportler bei drei olympischen Spielen, diversen Weltmeisterschaften und Fußballmannschaften in der Champions League, wie den AS Rom oder RB Leipzig.

Holger Stromberg erhielt mit 23 als jüngster Koch Deutschlands einen Michelin-Stern und revolutionierte die avantgardistische Foodszene. Bis 2017 begleitete er als Ernährungsexperte und Koch die deutsche Fußballnationalmannschaft. Heute berät der Food-Visionär als Nutritionist Unternehmen aller Art. 2021 stieg er als Co-Founder bei der Organic Garden AG ein.



© Coco Lang



© Claudia Timmann

DOKTOR DRAUSSEN

Natur – die beste rezeptfreie Medizin

Inhalt

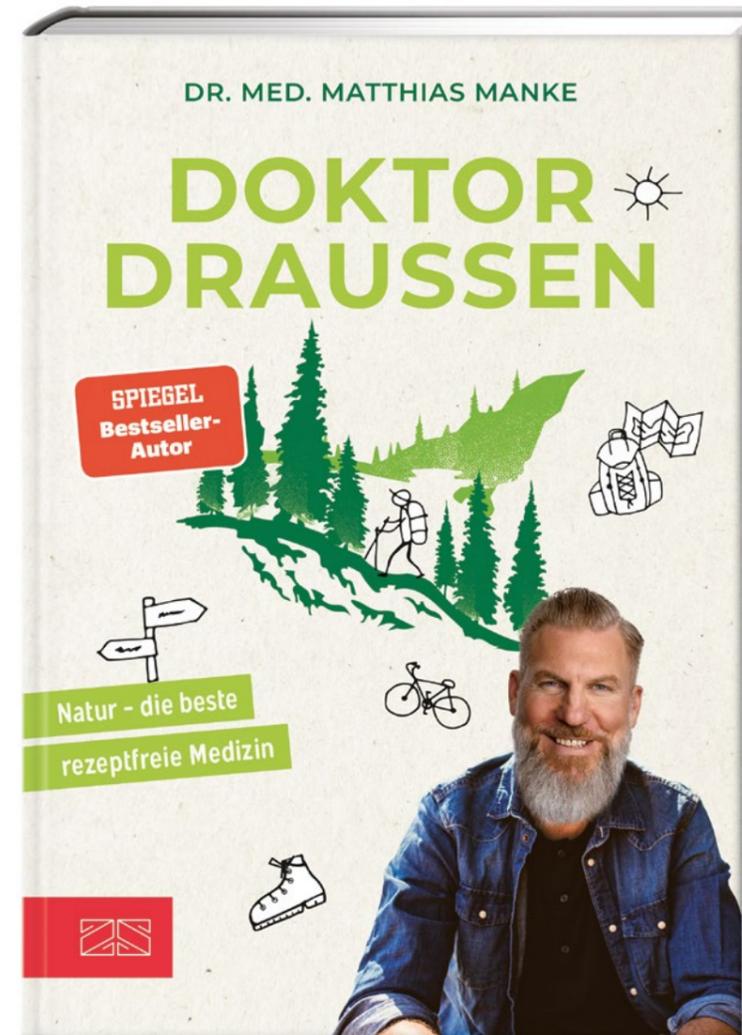
Die **Natur** bietet schier unendliche Möglichkeiten, sich selbst und seinem Körper etwas Gutes zu tun! Auch **Revierdoc Matthias Manke**, praktizierender **Orthopäde** und überzeugter **Bewegungsfreund**, zieht es nach draußen an die frische Luft, um unter freiem Himmel die natürliche und **rezeptfreie Powermedizin** zu genießen.

Auf Basis seiner eigenen Erfahrungen und der neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse aus **Umweltmedizin und Naturtherapie** zeigt er, wie man das heilsame Grün für sich nutzen kann. Ob direkt vor der eigenen Haustür oder im Urlaub – ganz nach dem Motto »Go green!« macht der Bestseller-Autor Lust darauf, Wald, Berge, Wiesen und Seen als **persönliche Outdoor-Fitness-Area** zu entdecken.

Denn was **Green-Exercise-Fans** intuitiv schon lange wussten, bestätigt nun auch die Wissenschaft: Die Natur ist eine außergewöhnliche Kraftquelle – mit einer ganzen Reihe an **höchst erwünschten Nebenwirkungen!** Ob Arthrose, Asthma, Allergien, Diabetes, Bluthochdruck, Depressionen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Rückenschmerzen oder Übergewicht: »Doktor Draußen« **hilft und heilt** – und tut nachweislich gut!

USPs, Presse und Marketing

- Mit den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zur rezeptfreien und natürlichen Powermedizin »Green Exercise«
- Große Zielgruppe: Ob Biken, Wandern oder SUP – der Outdoor-Trend ist ungebrochen
- Expertenwissen vom Orthopäden, bekennenden Bewegungsfreund und Spiegel-Bestseller-Autor Matthias Manke



DR. MED. MATTHIAS MANKE
DOKTOR DRAUSSEN
 NATUR – DIE BESTE REZEPTFREIE MEDIZIN

192 Seiten, Hardcover
 Format 17,5 × 24,3 cm
 WG: 1460
 24,99 € (D) / 25,70 € (A)
 ISBN 978-3-96584-353-0
Erscheint: Mai 2023



Das könnte Sie auch interessieren



DR. MED. MATTHIAS MANKE
WENN DER ORTHOPÄDE RÜCKEN HAT
 19,99 € (D) / 20,60 € (A)
 978-3-96584-093-5



DR. MED. MATTHIAS MANKE,
 TARIK ROSE
EINFACH GENIAL GESUND
 22,99 € (D) / 23,70 € (A)
 978-3-96584-162-8



Dr. med. Matthias Manke führt in Bochum-Wattenscheid eine Praxis für Orthopädie und Unfallchirurgie. Er war u. a. Mannschaftsarzt des FC Schalke 04 und ist betreuender Arzt am Olympiastützpunkt Westfalen/Bochum. Als Reviardoc ist Matthias Manke gern gesehener Gast im TV und bei Patientenveranstaltungen. Seine Stärke ist es, komplizierte medizinische Sachverhalte leicht verständlich und humorvoll zu vermitteln. Er sieht den modernen Orthopäden nicht als »Leistungsbringer«, sondern vor allem als Motivator für seine Patienten. Sein Leitspruch: »Bewegen heißt Leben«.



Die eigene Angst besiegen

In 6 Wochen zu mehr emotionaler Gelassenheit,
psychischer Stärke und einer
dickeren Haut – ohne viel Aufwand.

**SPIEGEL
Bestseller-
Autor**

Über
130.000
verkaufte
Bücher

Prof. Dr. med. Gustav Dobos
ist der profilierteste Vertreter der
modernen Naturheilkunde



DAS ANTI-ANGST-BUCH

Mehr Belastbarkeit, weniger Panik, starke Nerven

Inhalt

Was tun gegen die Angst, die uns nicht nur schlaflose Nächte beschert, **sondern uns auch krank macht?** Die Bedrohungen, die wir empfinden, sind real und wir können sie nicht einfach wegdiskutieren. Wir können aber **widerstandsfähiger werden, psychisch wie auch körperlich.**

Gemeinsam mit der **Mind-Body-Medizin** kümmert sich die **moderne Naturheilkunde** um die körperliche Gesundheit sowie um seelische Nöte und Ängste. Denn nicht allein Stress, auch die Unfähigkeit, mit negativen Emotionen und Gedanken umzugehen, sind eine Wurzel von Krankheit. Selbstfürsorge hingegen tut nicht nur dem Körper gut, sondern beeinflusst auch unsere Psyche positiv.

Professor Dr. Gustav Dobos bündelt seine medizinische Erfahrung in einem 6-Wochen-Programm, das den Lesern zu mehr emotionaler Gelassenheit, psychischer Stärke und einer dickeren Haut verhilft – ohne viel Aufwand. Leicht verständlich vermittelt er **Fachwissen** und **beantwortet alle wichtigen Fragen zum Thema Angst.**

USPs, Presse und Marketing

- Pandemie, Wirtschaftskrise, Krieg – das Thema »Angst« ist heute aktueller denn je!
- Laut WHO hat allein das erste Corona-Jahr 2020 weltweit zu 25 Prozent mehr Angststörungen und Depressionen geführt
- Das erste Buch bei ZS des Bestseller-Autors und Pioniers der Mind-Body-Medizin Prof. Dr. Gustav Dobos
- Große PR-Kampagne mit Interviews in hochauflagigen Gesundheitsmagazinen sowie reichweitenstarken Gesundheits- und Servicesendungen



Prof. Dr. Gustav Dobos ist der profilierteste Vertreter der modernen Naturheilkunde in Europa. 22 Jahre lang leitete er eine Klinik für Naturheilkunde an den Evangelischen Kliniken Essen Mitte und baute außerdem eine Task Force für die wissenschaftliche Prüfung naturheilkundlicher Verfahren auf. Seit 2004 hat er eine Stiftungsprofessur für Naturheilkunde und Integrative Medizin an der Universität Duisburg-Essen inne. Seit 2021 leitet er ein Zentrum für Naturheilkunde und Integrative Medizin an der Universitätsklinik Essen.

Dr. Petra Thorbrietz, Wissenschaftsjournalistin aus München, schreibt seit vielen Jahrzehnten über Gesundheit. Als Buchautorin und Filmemacherin ist sie mehrfach preisgekrönt.

SPITZENTITEL

PROF. DR. GUSTAV DOBOS
DR. PETRA THORBRIETZ
DAS ANTI-ANGST-BUCH
MEHR BELASTBARKEIT, WENIGER
PANIK, STARKE NERVEN

240 Seiten, Hardcover
Format 17,5 × 24,3 cm
WG: 1460
22,99€ (D) / 23,70€ (A)
ISBN 978-3-96584-285-4
Erscheint: März 2023



beide © privat

ANTI-ENTZÜNDUNGS-KÜCHE

Endlich gesund & fit mit basischer Ernährung

Inhalt

Durch ihren Kampf gegen chronische Schmerzen entdeckte die **staatlich anerkannte Ernährungs- und ganzheitliche Gesundheitsberaterin** Saskia Johanna Rosenow die Vorzüge einer **anti-entzündlichen Ernährung** für sich.

In ihrem ersten Kochbuch teilt sie nun neben ihrer **persönlichen Erfahrung die besten basischen Rezepte** für einen gesünderen und anti-entzündlichen Lebensstil. Gemüse und Obst sind der wichtigste Bestandteil der vielseitigen Gerichte, tierische Produkte werden bewusst reduziert. Die Rezepte ergänzt Saskia Johanna mit **ihrem Expertenwissen über die basische Ernährung und einen ganzheitlich gesunden Lebensstil**.

Mit **60 leckeren und einfachen Rezepten** sind die ersten Hürden der basischen Küche mit diesem Kochbuch ganz einfach zu meistern, und die neue Ernährungsform kann direkt und ohne Zögern in Angriff genommen werden. Dabei hilft der **besonders praktische 6-Wochen-Plan**, durch den der Einstieg in eine anti-entzündliche Lebensweise noch einfacher wird.

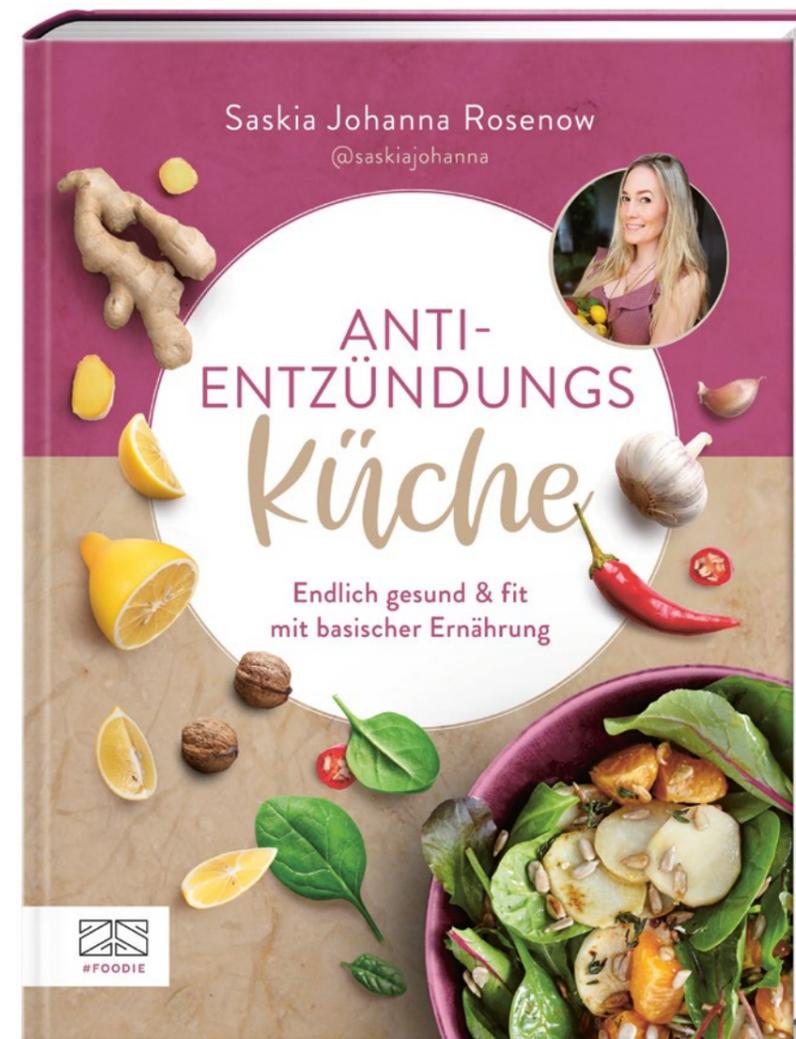
USPs, Presse und Marketing

- Anti-Entzündungs-Küche ist ein immer populärer werdendes Trendthema
- Saskia Johanna Rosenow ist Ernährungs- und Gesundheitsberaterin mit persönlicher Leidensgeschichte (Über gok Follower*innen)
- Der 6-Wochen-Ernährungsplan mit alltags-tauglichen basischen Rezepten und Tipps zum Nährstoffhaushalt

Das könnte Sie auch interessieren



MONICA MEIER-IVANCAN
**MEINE WUNDERBARE
BASENKÜCHE**
22,99 € (D) / 23,70 € (A)
978-3-96584-184-0



SPITZENTITEL

SASKIA JOHANNA ROSENOW
ANTI-ENTZÜNDUNGS-KÜCHE
ENDLICH GESUND & FIT
MIT BASISCHER ERNÄHRUNG

192 Seiten, Hardcover
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1461
22,99 € (D) / 23,70 € (A)
ISBN 978-3-96584-326-4
Erscheint: März 2023



Saskia Johanna Rosenow ist staatlich anerkannte Ernährungs- und ganzheitliche Gesundheitsberaterin. Aufgrund von langjährigen und starken chronischen Schmerzen begann sie vor über 12 Jahren ihre Reise zu einer besseren Gesundheit, die dringend in ihrer Ganzheit betrachtet werden sollte. Heute teilt sie ihre Erfahrungen und ihr Wissen über YouTube und Instagram (Über gok Follower*innen). Auch bietet sie (Online-) Kurse zum Thema Ernährung & Gesundheit an.



© privat

SAUERTEIGBROT FÜR JEDEN TAG

Voller Brotgenuss in nur 10 Minuten Arbeitszeit

Inhalt

Knusprige Kruste und luftige Krume bei vollem Geschmack. Davon träumt jeder, der das Wort »Sauerteig« hört. Als Disziplin für Heimbäcker hat Backen mit Sauerteig den Ruf, nur etwas für echte Könner am Gärkorbchen zu sein, die viel Zeit im Leben haben.

Dieses **alltagstaugliche Sauerteig-Handbuch** beweist das Gegenteil. **Mit minutiösen Beispiel-Zeitplänen, detaillierten Anleitungen und präzisen Schritt-für-Schritt-Fotos** zeigt Vanessa Kimbell, die Gründerin der *Sourdough School*, dass wirklich jeder das Backen mit Sauerteig, und zwar einfach so nebenher, meistern kann. Dabei beleuchtet sie aber auch immer den gesundheitlichen Aspekt der Brote und Gebäcke. Denn Sauerteigbrot schmeckt nicht nur besser, es ist auch leichter zu verdauen als herkömmliches Brot.

Ob klassisches Sauerteigbrot, herzhaftes Tomaten-Focaccia oder süßes Kastenbrot mit Schokolade, Mandeln und Orange – **die Rezepte in diesem Buch erfordern kein Kneten und nie mehr als 10 Minuten Arbeit plus Ruhe- und Backzeit.** So ist Sauerteigbrot ganz leicht gemacht!

USPs, Presse und Marketing

- Brotbacken ist weiter Trend-Thema
- Gelingsichere Rezepte für wirklich gutes Brot und Gebäck mit präzisiertem Ablaufplan
- UK Brot-Bestseller-Autorin und Leiterin der »Sourdough School« Vanessa Kimbell ist DIE internationale Autorität in Sachen Sauerteig



VANESSA KIMBELL
SAUERTEIGBROT FÜR JEDEN TAG
 DER 10-MINUTEN PLAN

Übersetzt von Wolfgang Beuchelt,
 Brigitte Rüßmann
 144 Seiten, Hardcover
 Format 19,5 x 24 cm
 WG: 1457
 19,99€ (D) / 20,60€ (A)
 ISBN 978-3-96584-298-4
Erscheint: April 2023



Würde man in England die »Queen of Sourdough« küren – es wäre **Vanessa Kimbell**. Die Bäckerin in dritter Generation ist Gründerin der *Sourdough School* in Northamptonshire, wo sie Interessierten aus der ganzen Welt das Backen mit Sauerteig beibringt. Außerhalb der Backstube erforscht sie den Zusammenhang zwischen Fermentation, Darmmikrobiom und Gesundheit. Sie gilt als Wegbereiterin für gesünderes Brot durch Sauerteig und ist regelmäßig für die BBC im Radio zu hören. Ihre vorherigen Bücher »The Sourdough School« und »The Sourdough School of Sweet Baking« wurden in mehrere Sprachen übersetzt und feiern in England und international Erfolge.



© Nessima Rothacker

PROVENCE

Reise durch die Sonne in 100 Rezepten

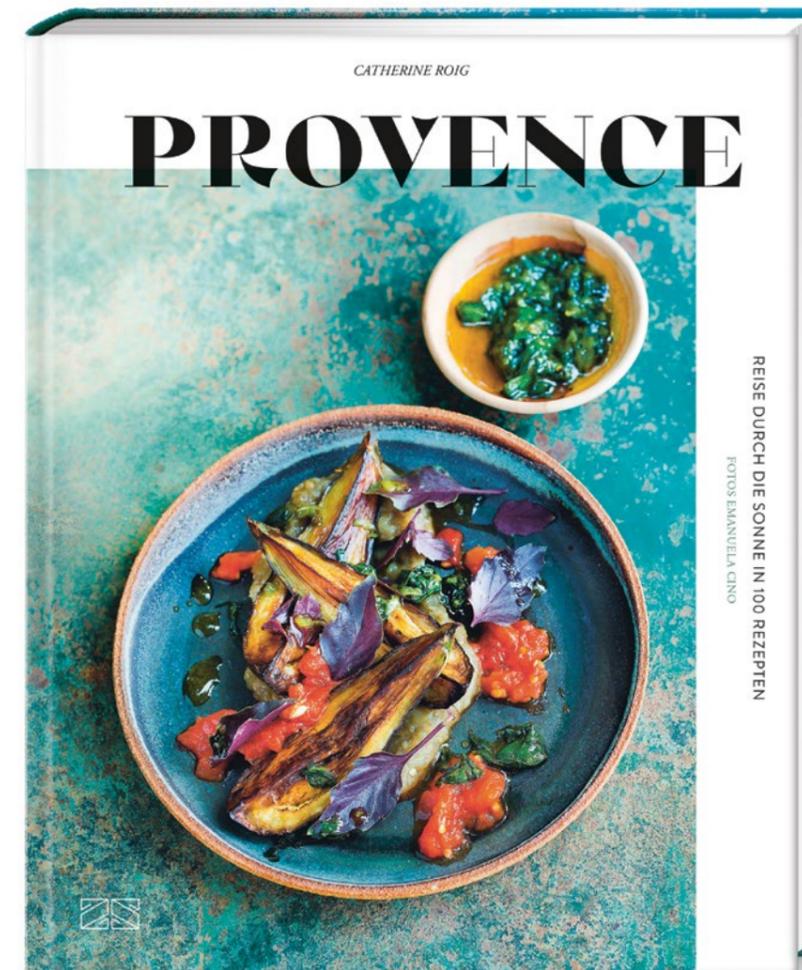
Inhalt

Ein herausragendes Buch, das die kulinarischen Highlights der Provence feiert. Nicht nur als **Kochbuch und Nachschlagewerk**, sondern als leuchtende **Sammlung lebhafter Farben und Aromen**, die uns die Sonne des Südens spüren und schmecken lässt.

Die neue **Bibel der provenzalischen Küche** konzentriert sich auf frische Zutaten und junge Köche. **100 unverzichtbare Rezepte**, klassisch oder neu interpretiert, decken alle Regionen der Provence ab. Von den majestätischen Reliefs der Alpilles bis zu den wilden Landschaften der Camargue, von den felsigen Vorgebirgen des Luberon bis zu den versteckten Tälern der Haute Provence, von den malerischen Häfen der Côte Bleue bis zu den Buchten von Marseille – überall verwöhnen **kreative Küchenchefs** unsere Geschmacksknospen. Zum Beispiel mit lila Artischocken mit Poutargue, dem Kaviar des Mittelmeers; mit Pistou-Suppe, Barigoule-Gemüse oder Garrigue-Eiern; mit der emblematischen Knoblauchsuppe Aïgo Boulido; mit Sardinen-Bouillabaisse, Makrele in Escabèche und Kirschsuppe mit Thymian und Fenchel ... Echte provenzalische Tische, Gerichte und **Lebensfreude auf jeder Seite**.

USPs, Presse und Marketing

- Frankreich ist das meistbesuchte Reiseziel der Welt und eines der beliebtesten Reiseziele deutscher Touristen
- Sinnbild der regionalen Küche mit außergewöhnlichen Bildern im großen Format
- Ein spektakuläres, herausragend fotografiertes Buch mit 100 allumfassenden Rezepten



CATHERINE ROIG
PROVENCE
REISE DURCH DIE SONNE
IN 100 REZEPTEN

Übersetzt von Claire Schmartz,
Carolin Farbmacher
368 Seiten, Hardcover
Format 25,5 × 31 cm
WG: 1454
39,99€ (D) / 41,20€ (A)
ISBN 978-3-96584-301-1
Erscheint: Mai 2023



Federführend für diese umfassende Sammlung ist die Journalistin **Catherine Roig**, die als Tochter eines Kochs quasi in einem Restaurant aufwuchs. Schon früh machte sie ihre Leidenschaft für alles Kulinarische zum Beruf. Sie schreibt Gastro-Kolumnen für verschiedene Top-Magazine Frankreichs, twittert für ihr Leben gerne über alles was schmeckt, ist stellvertretende Chefredakteurin des Magazins ELLE und Leiterin des Art of Living Resorts, das Kochen, Deko und Tourismus vereint.



© Catherine Roig

ITALIENISCH GENIESSEN

mit Familie und Freunden

Inhalt

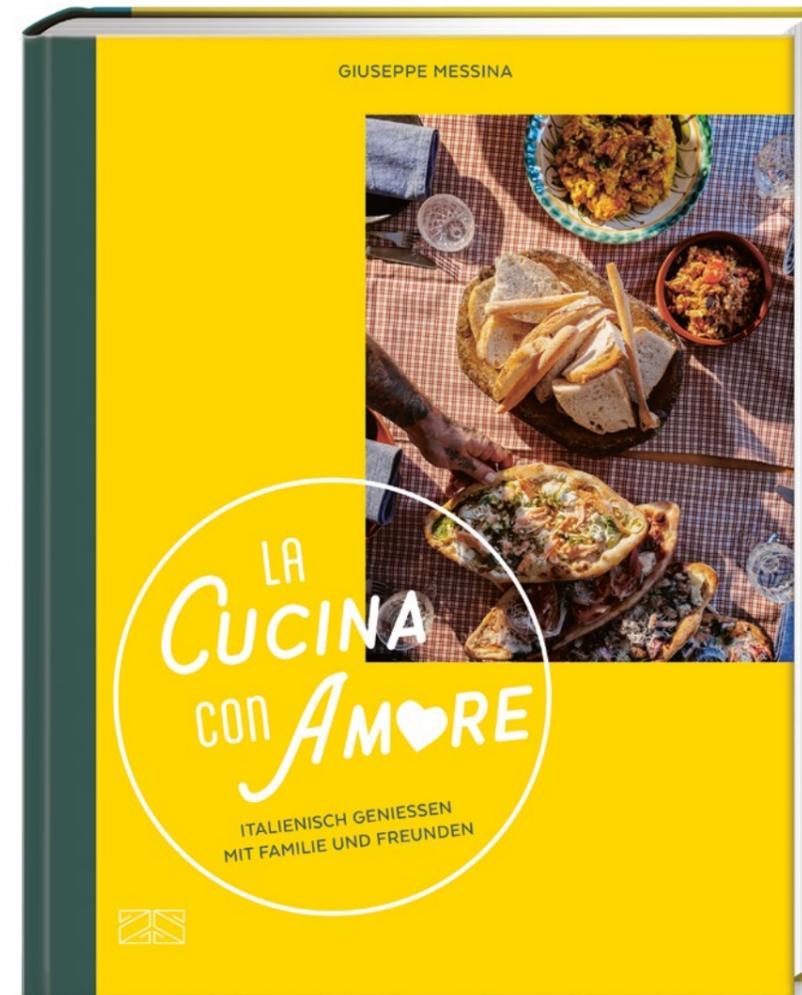
Sie wollen Familie und Freunde so richtig verwöhnen? Dann tun Sie das am besten auf Italienisch. **Mit Liebe für die Liebsten kochen**, darin sind die Italiener Weltmeister. Dieses Buch feiert das Zusammensein, die kulinarische Tradition Italiens, gute und regionale Zutaten, das Kochen an sich.

Gegliedert sind die **über 70 einfach zuzubereitenden Rezepte** in Starter und kleine Gerichte, Primi und Secondi, Desserts und Getränke. Viele davon **eignen sich auch zum Grillen**. Als Extra werden **Menüs für gesellige Anlässe** zusammengestellt: italienische Grillfeste, mediterrane Buffets, Last-Minute-Menüs, Familiensessen für drinnen und draußen, inklusive Planungshilfe und Getränkebegleitung. So wird jedes Essen **ein unvergessliches und entspanntes Erlebnis**.

Zu einem echten italienischen Essen gehört auch das Philosophieren über gute Küche. Mit Giuseppe Messinas **außergewöhnlichem Küchenwissen** bieten Sie Gästen in jeder Hinsicht etwas Besonderes. Er vereint italienische Passione mit ausgefeilter Kochtechnik, bereitet italienische Klassiker mit regionalen und saisonalen Produkten zu und verfeinert sie stets durch eine spezielle Zubereitungsweise oder einen besonderen Dreh.

USPs, Presse und Marketing

- **Verbindung der Trends »italienische Küche« und »gemeinsames Essen«**
- **Flexibel genießen: Viele der Rezepte funktionieren sowohl auf dem Grill als auch im Ofen**
- **Sehnsucht nach Länderküche trifft auf saisonale und regionale Zutaten**



GIUSEPPE MESSINA
LA CUCINA CON AMORE
 ITALIENISCH GENIESSEN
 MIT FAMILIE UND FREUNDEN

208 Seiten, Hardcover
 Format 19,3 × 24,5 cm
 WG: 1454
 24,99 € (D) / 25,70 € (A)
 ISBN 978-3-96584-294-6
Erscheint: April 2023



Giuseppe Messina lebt für gute Küche: über 25 Jahre Kocherfahrung in Italien und Deutschland, gepaart mit Techniken, die er in der Zusammenarbeit mit Albert Adrià und Andoni Luis Aduriz gelernt hat. Dem in Fachkreisen gefeierten Avantgardkoch und Texturaprofi liegen Hobbyköche und regionale Zutaten ganz besonders am Herzen. Sein Stil in der Küche: deutsch-italienisch natürlich, mit mediterraner Leichtigkeit, einfachen Zutaten, viel Gefühl, gepaart mit Liebe zum Detail und einem tiefen Verständnis der Chemie im Kochtopf.



© Markus Gmeiner

ASIATISCH VEGAN

Lieblingsgerichte von Indien bis China, von Thailand bis Japan

Inhalt

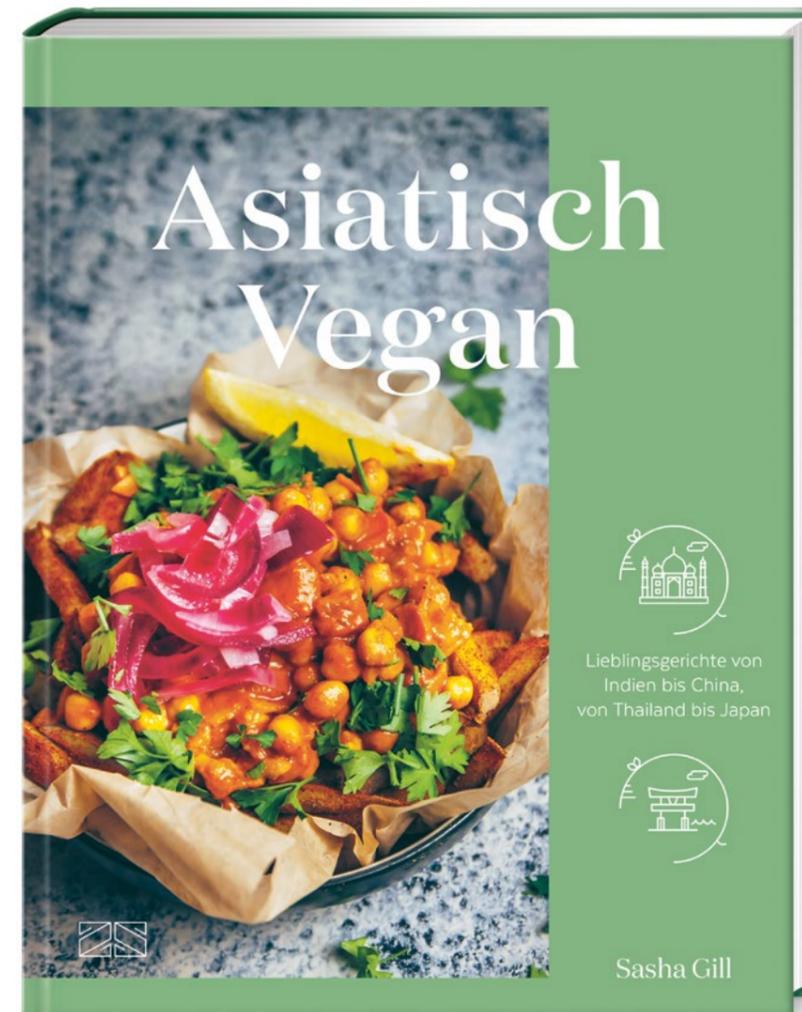
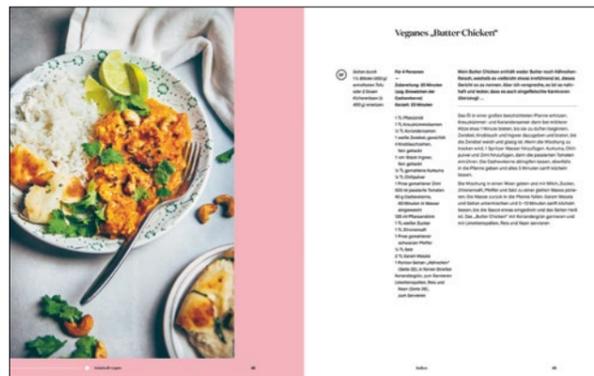
Als Sasha Gill Veganerin wurde, wollte sie nicht auf die besonderen Aromen der Gerichte ihrer Heimat verzichten und machte sich kurzerhand daran, sie zu »veganisieren«. Entstanden ist eine echte **Sammlung asiatischer Lieblingsgerichte mit veganem Touch**.

Als Studentin weiß Sasha, was es heißt, wenig Zeit und wenig Geld zu haben; die meisten ihrer Rezepte brauchen daher **wenig Zeit und keine teuren Zutaten**. Durch ständiges Experimentieren hat sie begonnen, Gerichte zu kreieren, die genauso köstlich und befriedigend sind wie ihre geliebten **Familienrezepte** und ihre **Street-Food-Favoriten**, nur dass sie Pflanzen anstelle von Fleisch und Fisch verwendet.

Sasha lässt sich stets von den Geschmäckern Asiens inspirieren. Dabei entstehen so geschmackvolle Gerichte wie Jackfruit-Biryani, Blumenkohl-Samosas, Fluffige Erdnuss-Pfannkuchen, Cremiges Spinat-Curry mit knusprigem Tofu, Shiitake-Ramen, Veganes »Butter Chicken«, Süßkartoffel-Zwiebel-Pakoras, Tofu-Pad Thai und Peking-Jackfruit-Pfannkuchen.

USPs, Presse und Marketing

- **Veganisierte Länderküche ist hoch im Trend**
- **Geschmackvolle Küche, die den Geldbeutel schont und dabei noch gut für die Umwelt ist**
- **Illustrierte Schritt-für-Schritt-Anleitungen und außergewöhnliche Fotografie**



SASHA GILL
ASIATISCH VEGAN
 LIEBLINGSGERICHTE VON INDIEN BIS CHINA, VON THAILAND BIS JAPAN

Übersetzt von Lisa Heilig
 224 Seiten, Hardcover
 Format 19 x 24 cm
 WG: 1454
 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
 ISBN 978-3-96584-314-1
Erscheint: Mai 2023



Bloggerin und Social-Media-Foodie **Sasha Gill** schreibt aus der festen Überzeugung heraus, dass wir alle von einem kleinen Stück veganen Lebensstils profitieren können – für die eigene Gesundheit und die des Planeten. Sasha ist indischer und eurasischer Herkunft, wuchs in Singapur auf und studiert derzeit Medizin an der Universität Oxford. Als Teenagerin begann sie, sich aus gesundheitlichen Gründen vegetarisch zu ernähren und wurde schrittweise Veganerin.



© Sasha Gill

THE VEG BOX

10 Gemüse, 100 Ideen

Inhalt

Seit über 7 Jahren begeistern die Iren David und Stephen Flynn, alias The Happy Pear, mit erfolgreichen Kochbüchern und auch online ihre englischsprachigen Fans mit veganen Rezepten.

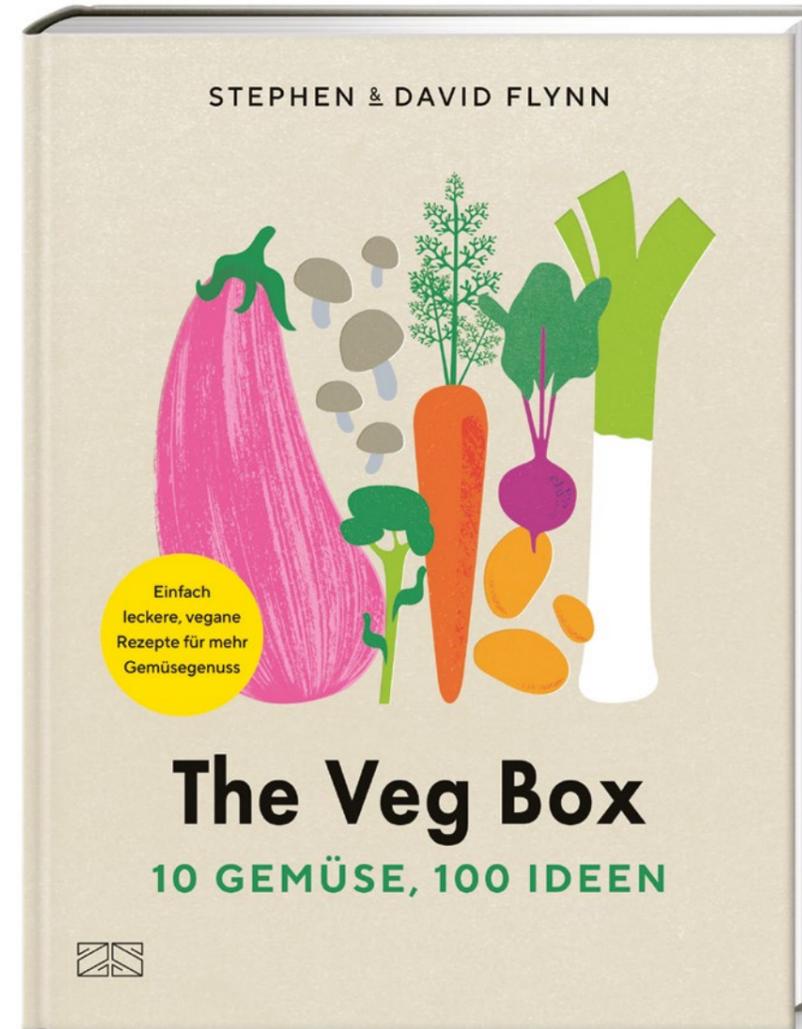
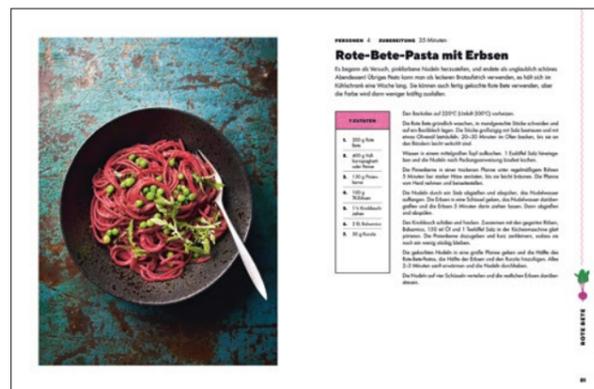
Mit »The Veg Box« erscheint nun **erstmalig ein Kochbuch des Erfolgs-Duos auf Deutsch**. Mit nur **10 unterschiedlichen Gemüsesorten** als Hauptdarsteller und **maximal 10 Zutaten** präsentieren die Zwillinge in **100 Rezepten** beispielsweise Kartoffel, Aubergine oder Blumenkohl von ihrer besten Seite. Die Gerichte sind so ansprechend, dass erst auf den zweiten Blick auffällt, dass alle rein pflanzlich sind. Ob klassisch vegane Rezepte oder inspirierende Neukreationen – in »The Veg Box« ist für jede*r Gemüseliebhaber*in das passende Gericht dabei, plus Saucen und Dips.

Die Rezepte sind absolut alltagstauglich, inklusive **Tipps zum Pflanzen, Aufbewahren und Kochen der einzelnen Gemüsesorten**, für den perfekten und nachhaltigen Genuss.

Ein Muss für alle Veganer*innen, die nach Inspiration suchen, Hobby-Köch*innen, denen die Umwelt am Herzen liegt, und alle, die Gemüse genauso lieben wie #thehappypear.

USPs, Presse und Marketing

- Das Thema **nachhaltige und ökologische Ernährung** nimmt stetig an Bedeutung zu
- **100 kreative und abwechslungsreiche Gerichte**, die jede*r Veganer*in zu neuer Inspiration verhelfen
- **Starke Social Media Präsenz** mit über **593.000 Instagram Followern**



DAVID FLYNN, STEPHEN FLYNN
THE VEG BOX
 10 GEMÜSE, 100 IDEEN – EIN
 KOCHBUCH VON THE HAPPY PEAR

Übersetzt von Brigitte Rüßmann,
 Wolfgang Beuchelt
 288 Seiten, Hardcover
 Format 19,3 x 24,5 cm
 WG: 1455
 29,99€ (D) / 30,90€ (A)
 ISBN 978-3-96584-312-7
Erscheint: März 2023



David und Stephen Flynn oder The Happy Pear, wie sich die irischen Zwillinge nennen, begannen ihre Reise 2004 mit einem kleinen Gemüseladen. Heute besteht The Happy Pear aus einem Cafe, einem Shop, einer eigenen Rösterei, einer Farm, eigenen Produkten, Onlinekursen und mittlerweile 5 Kochbüchern. Sowohl auf Youtube als auch auf Facebook und Instagram sowie mit einem eigenen Podcast unterhalten David und Stephen mittlerweile eine Community von über 1 Millionen Menschen, die sich für vegane Küche und einen gesünderen Lebensstil interessieren.



© Maja Smernd

KRÄUTERGLÜCK MIT DEN LANDFRAUEN

Großer Geschmack steckt oft im Kleinen

Inhalt

Die Landfrauen verwenden seit eh und je **Zutaten, die die Natur ihnen schenkt** – ob im eigenen Garten, auf dem eigenen Feld oder bei einem Streifzug durch die umliegenden Wälder und Wiesen. Denn vieles, was dort in stiller Pracht gedeiht, macht sich nicht nur am Wegesrand, sondern auch auf dem Teller gut. **Wilde Kräuter, essbare Blüten, aromatische Beeren oder Pilze**, all das wissen die Landfrauen einzusammeln und in ihre Gerichte einfließen zu lassen, mal als optisches Highlight, mal als Geheimzutat und mal als Geschmacksträger – vor allem aber immer mit viel Sinn für jedes einzelne Detail.

In **über 50 leckeren Rezepten** zeigen die Landfrauen, was vermeintliches Unkraut wie Giersch noch alles sein kann, wie wohlschmeckend und gesund ein Gänseblümchen ist oder warum süße Beeren die perfekte Ergänzung zu deftigem Fleisch sind. Mit vielen **Tipps zum Erkennen, Unterscheiden und Einsammeln** der Kräuter, Blüten, Beeren und Pilze wird der nächste Spaziergang ins Grüne schnell zum Geschmackserlebnis – denn der besondere Pfiff steckt oft im Kleinen.

USPs, Presse und Marketing

- Erfolgskonzept Landfrauen mit regelmäßigen Wiederholungen in BR, WDR und SWR
- Hier wird mit dem gekocht, was vor dem Haus zu finden ist. Regionaler geht nicht!
- Von wegen Unkraut: Die Landfrauen kennen die tollen Geschmäcker der oft unterschätzten Wildkräuter – und bringen diese zum Glänzen.
- Mit leckeren Rezepten und den wichtigsten Infos zum Sammeln von Kräutern, Blüten, Beeren und Pilzen



DIE LANDFRAUEN
**KRÄUTERGLÜCK MIT DEN
LANDFRAUEN**

160 Seiten, Hardcover
Format 20,2 x 26 cm
WG: 1455
19,99€ (D) / 20,60€ (A)
ISBN 978-3-96584-317-2
Erscheint: April 2023



Alle der sympathischen und kreativen Unternehmerinnen im Buch hat man bereits kennen- und lieben gelernt: Im BR im TV-Format »Landfrauenküche«, im WDR bei »Land & lecker« oder im SWR bei »Lecker aufs Land«. Sie sind Biobäuerinnen, Winzerinnen, Viehhüterinnen – und vor allem Kräuterexpertinnen. Auch wenn sie alle ganz unterschiedliche Dinge machen, haben sie doch eines gemeinsam: Sie sind authentisch, naturverbunden und modern.

GELATO

Eis in Perfektion

Inhalt

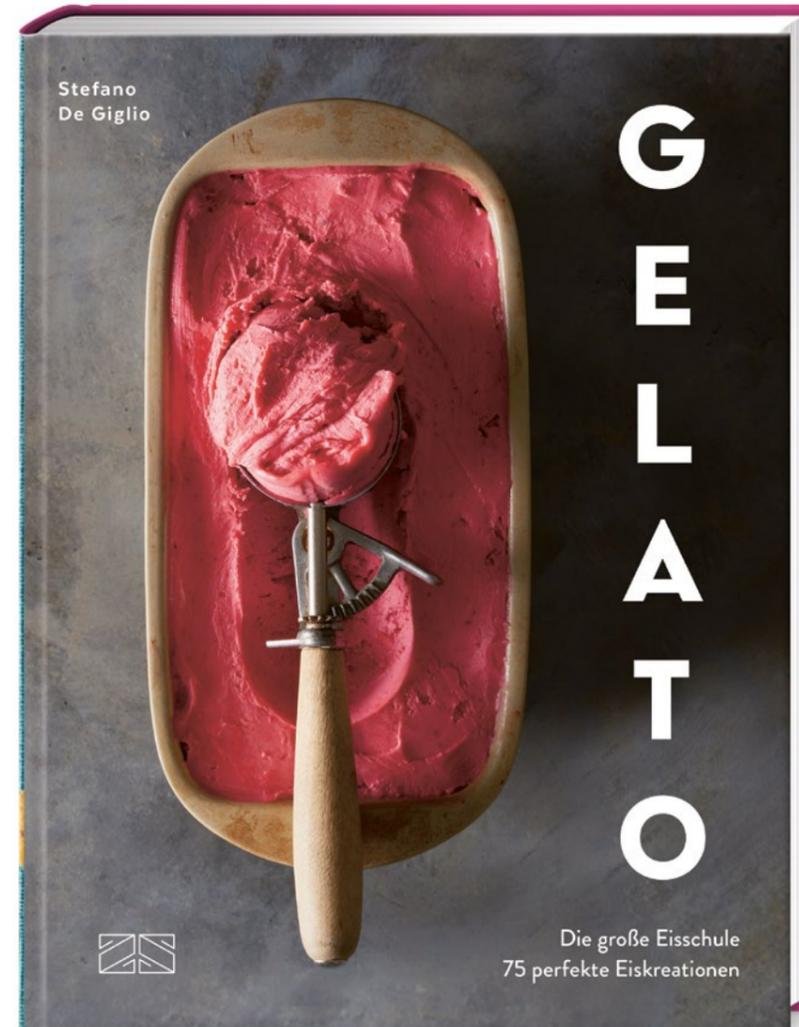
Das **Standardwerk** für ambitionierte Hobbyköche, mit **großer Eisschule** und der **Formel für bestes Eis**. Die Frucht im Vordergrund, der Fokus auf maximalem Genuss, dicht im Geschmack, mit vollendetem Schmelz. Nach unzähligen Experimenten steht für den progressiven Gelatiere Stefano De Giglio fest: Jede Hauptzutat verlangt eine individuelle Form, um voll zur Geltung zu kommen. Der Eiskörper war geboren.

Eis von Grund auf verstehen: Welche Bestandteile des Eiskörpers spielen welche Rolle für Konsistenz und Geschmack und welche Zutaten erfüllen den jeweiligen Part am besten? Mit welchen Methoden gelingt die perfekte Textur? Der Autor teilt sein professionelles Eiswissen perfekt abgestimmt auf die Ansprüche des Eismachens zu Hause.

75 individuelle Rezepte für Eiscreme, Sorbet und mehr überzeugen durch intensiven Geschmack und **außergewöhnliches Aromenpairing**. Begleitet werden sie von Ideen zum Variieren und Servieren. Hauptakteure von Kakao über Haselnuss und Mango bis Vanille werden detailliert in ihren geschmacklichen und texturrelevanten Eigenschaften porträtiert und mit perfekt auf sie abgestimmten Eiskreationen veredelt.

USPs, Presse und Marketing

- **Umfassendes Standardwerk: große Eisschule und über 75 Rezepte zum Trendthema Eis**
- **Für perfektes Aroma und Textur: individuell auf die Hauptzutat abgestimmte Rezepturen für Eiscreme, Sorbets und Co.**
- **Expertenautor: vom Eisprofi und Gelatiere hinter Del Fiore Gelato**



STEFANO DE GIGLIO
GELATO
 DIE GROSSE EISSCHULE
 75 PERFEKTE EISKREATIONEN

272 Seiten, Hardcover
 Format 20,2 x 26 cm
 WG: 1455
 34,-€ (D) / 35,-€ (A)
 ISBN 978-3-96584-306-6
Erscheint: Mai 2023



Stefano De Giglio ist der progressive Gelatiere hinter Del Fiore Gelato. Als Koch und Sommelier ist er immer auf der Suche nach dem Besonderen. Durch die besten Eisdielen Italiens über eine Ausbildung zum Gelatiere am Gardasee führte sein Weg in sein Eislabor in München. Angetrieben von der Vision, den reinen Geschmack der Zutaten in Eis zu übersetzen, stieg er bis auf die Molekularebene ab: Welche Art von Zucker harmoniert mit welcher Zutat? Wie hoch darf der Anteil von Fetten und Eiweißen sein, um Aromen auf den Punkt in Szene zu setzen? Der Eiskörper war geboren.



© Ava Ella Kalff

DER KAFFEEATLAS

Ein Muss für alle Kaffeeliebhaber*innen

Inhalt

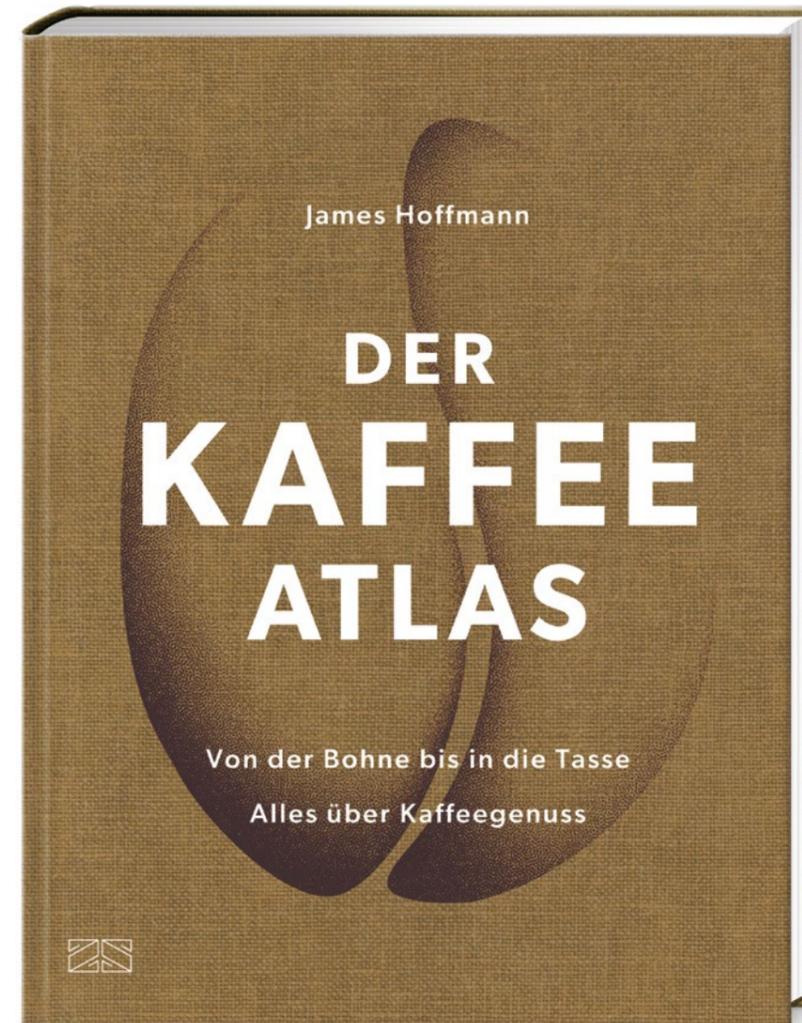
Kaffee war noch nie so vielfältig und faszinierend wie heute. Und niemals besser, wenn man weiß, worauf es ankommt. Kaffeeliebhaber*innen mit Sinn für Qualität und Herkunft der Bohnen steht eine **unendliche Bandbreite an Sorten und Geschmacksnuancen** offen. Alles, was man **auf der Suche nach den besten Aromen der Kaffeewelt** beachten sollte, erklärt der weltbekannte **Kaffee-Experte, Rösterei-Leiter und Weltmeister-Barista James Hoffmann** in dieser Neuauflage seines »Kaffeeatlas« Bestsellers.

Hoffmann erläutert alle Facetten des braunen Golds, von der Anbauregion und der Kaffeessorte über die Art der Ernte und die Röstung bis hin zum Brühwasser. Er **porträtiert 35 Herkunftsländer** und die **Auswirkungen des Terroirs** auf die Geschmacksnuancen. Dazu bietet er faszinierende Einblicke in die Kaffeewirtschaft und **professionelle Tipps für die Zubereitung von ausgezeichneten Kaffeespezialitäten** zu Hause.

Ein Muss für alle, die Kaffee verstehen und in Spitzenqualität genießen wollen.

USPs, Presse und Marketing

- Neuauflage des renommierten Bestsellers, komplett überarbeitete Neuauflage mit neuen Herkunftsländern
- Wirklich alles über Kaffee, mit Porträts von über 30 Herkunftsländern
- Mehrfach preisgekrönter Barista-Champion und Bestseller-Autor
- YouTube Kanal mit über 1 Million Abonnent*innen und 264 Tausend Follower*innen auf Instagram



JAMES HOFFMANN
DER KAFFEEATLAS
VON DER BOHNE BIS IN DIE TASSE

Übersetzt von Lisa Heilig
272 Seiten, Hardcover
Format 19,8 x 25,8 cm
WG: 1458
34,99 € (D) / 36,- € (A)
ISBN 978-3-96584-297-7
Erscheint: April 2023

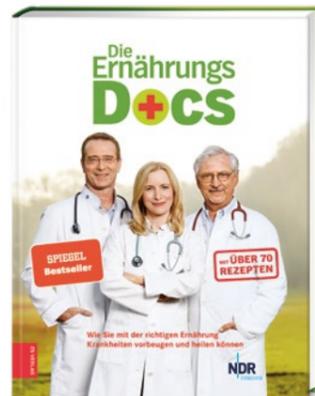


James Hoffmann ist Geschäftsführer von **Square Mile Coffee**, einem vielfach ausgezeichneten Röstkaffee-Unternehmen in London. Sowohl 2006 als auch 2007 gewann er die britischen Barista Championships und wurde 2007 zum World Barista Champion gekürt. Seit über zehn Jahren betreibt er seinen eigenen Blog www.jimseven.com und schreibt dort über Kaffee im Allgemeinen und das Kaffeebusiness im Besonderen. Ihm folgen 264 Tausend Nutzer*innen auf Instagram und 1 Million Abonnent*innen auf Youtube.

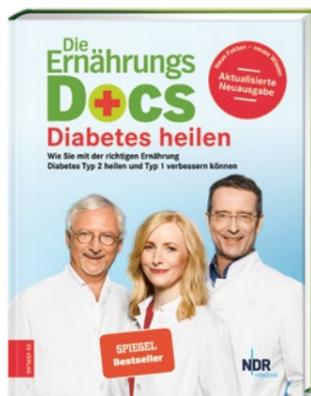


James Hoffmann

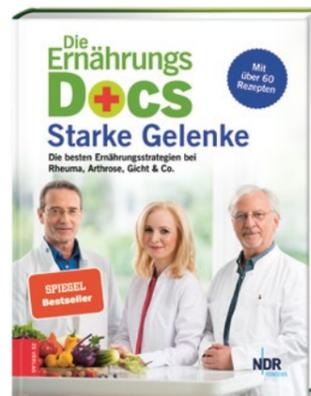
- Die erfolgreichste Gesundheitsmarke im deutschen Buchmarkt
- Über 1,3 Mio. verkaufte Exemplare
- Neue Folgen im NDR-Fernsehen ab Januar 2023, montags um 21.00 Uhr



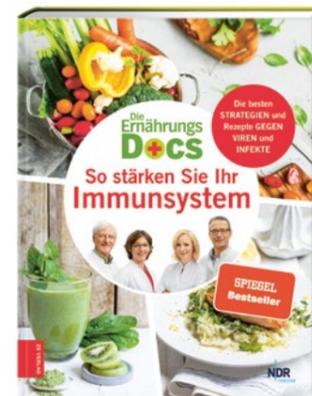
DIE ERNÄHRUNGS-DOCS. Hardcover
29,80€ (D) / 30,70€ (A), 978-3-89883-861-0



DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **DIABETES HEILEN**. Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-89883-907-5



DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **STARKE GELENKE**. Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-89883-863-4



DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **SO STÄRKEN SIE IHR IMMUNSYSTEM**. Hardcover
19,99€ (D) / 20,60€ (A), 978-3-96584-088-1



DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **ZUCKERFREI GESÜNDER LEBEN**. Hardcover
19,99€ (D) / 20,60€ (A), 978-3-96584-003-4



DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **MEIN ERNÄHRUNGSTAGEBUCH**. Integralband (Flexicover), 16,99€ (D) / 17,50€ (A)
978-3-96584-106-2



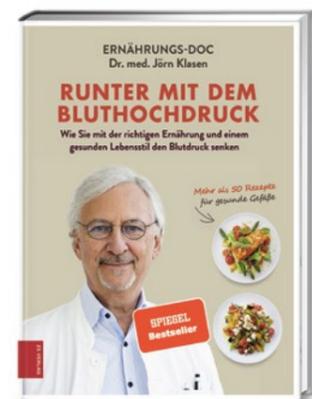
DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **GUTE VERDAUUNG**. Hardcover
24,99€ (D) / 25,70€ (A), 978-3-89883-822-1



DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **STARKES HERZ**
Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-96584-069-0



DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **DIE ERNÄHRUNGS-DOCS – UNSERE ANTI-KREBS-STRATEGIE**, Hardcover
24,99€ (D) / 25,70€ (A), 978-3-96584-260-1



DR. MED. JÖRN KLASSEN: **RUNTER MIT DEM BLUTHOCHDRUCK**. Hardcover
22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-89883-883-2



DR. MED. JÖRN KLASSEN: **TSCHÜSS FETTLER**. Hardcover
22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-213-7



DR. MED. MATTHIAS RIEDL: **MEIN WEG ZUR GESUNDEN ERNÄHRUNG**. Hardcover mit Schutzumschlag, 22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-075-1



DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **UNSER ANTI-BAUCHFETT-PROGRAMM**. Hardcover
22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-195-6



DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **GESUND UND SCHLANK DURCH INTERVALLFASTEN**
Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-092-8



DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **GESUND ABNEHMEN MIT DER DARM-FIT-FORMEL**
Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-286-1

BACKLIST – Gesundheit



DR. HELGE RIEPENHOF, HOLGER STROMBERG: **STARK GEGEN SCHMERZEN**. Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A) 978-3-96584-094-2



DR. HELGE RIEPENHOF, HOLGER STROMBERG: **GEMEINSAM GEGEN OSTEOPOROSE**. Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A), 978-3-96584-205-2



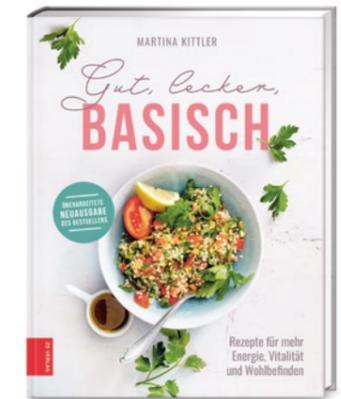
CLAUDIA ELLERT: **LONG COVID**. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-261-8



DR. MED. FRANZISKA RUBIN: **HEILEN MIT LEBENSMITTELN**. Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A), 978-3-89883-947-1



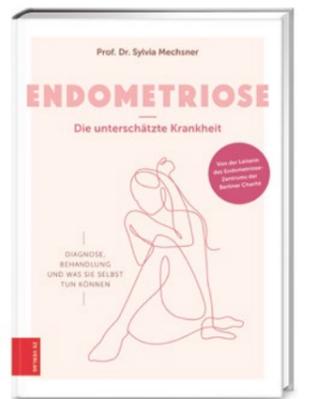
MONICA MEIER-IVANČAN: **MEINE WUNDERBARE BASENKÜCHE**. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-184-0



MARTINA KITTLER: **GUT, LECKER, BASISCH**. Hardcover, 18,99€ (D) / 19,60€ (A) 978-3-96584-179-6



BURKHARD SIEVERS: **SO HEILT MAN HEUTE**. Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A) 978-3-96584-303-5



SYLVIA MECHSNER: **ENDOMETRIOSE**. Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A) 978-3-96584-161-1



WICHARD LÜDJE, JONAS KÖLLER: **MEDIZIN FÜR NORMALSTERBLICHE**. Klappenbroschur, 19,99€ (D) / 20,60€ (A) 978-3-96584-262-5



RABEA KIESS: **DIE HORMON-BALANCE-DIÄT**. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A) 978-3-96584-107-9

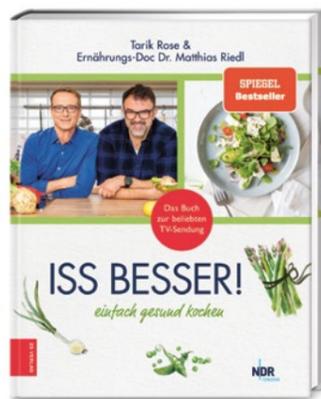


BRIGITTE KARNER, ULRIKE GONDER: **KETO – RICHTIG GESUND**. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-004-1

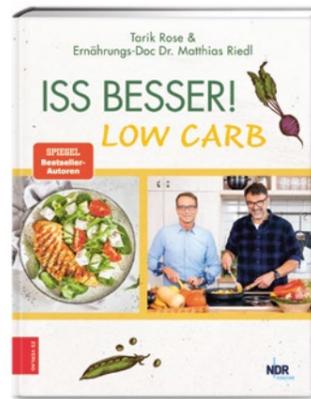


KATHRIN VERGIN: **DAS EMOTIONAL EATING KOCHBUCH**. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-283-0

BACKLIST – Gesunde Ernährung



DR. MED. MATTHIAS RIEDL, TARIK ROSE: **ISS BESSER**. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A) 978-3-96584-096-6



DR. MED. MATTHIAS RIEDL, TARIK ROSE: **ISS BESSER! LOW CARB**. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-273-1



DR. MED. MATTHIAS MANKE, TARIK ROSE: **EINFACH GENIAL GESUND**. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-162-8



DANA SCHWANDT, STEPHANIE SCHNICKE: **EASY DETOX MIT AYURVEDA**. Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A), 978-3-96584-209-0



DANA SCHWANDT: **EASY AYURVEDA – DAS KOCHBUCH**. Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A), 978-3-96584-002-7



CARO MAREIKE GÜNTHER: **ISS DICH FIT MIT CARO**. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A) 978-3-96584-288-5



MICHAEL BORDT SJ: **WAS IN KRISEN ZÄHLT**. Hardcover, 9,99€ (D) / 10,30€ (A) 978-3-96584-178-9



ÜBER 60.000 VERKAUFTE EXEMPLARE

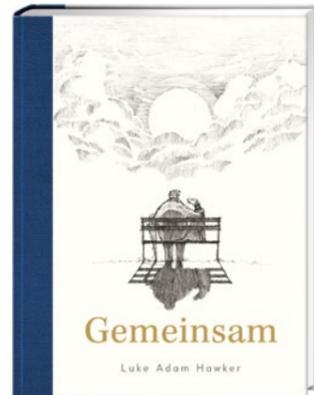
MICHAEL BORDT SJ: **DIE KUNST SICH SELBST AUSZUHALTEN**. Hardcover 10,-€ (D) / 10,30€ (A), 978-3-89883-388-2



RUEDIGER DAHLKE: **JETZT EINFACH ATMEN!** Klappenbroschur 14,99€ (D) / 15,50€ (A), 978-3-89883-868-9



KIM FLECKENSTEIN: **10 MINUTEN FÜR DIE SELBSTLIEBE**. Klappenbroschur 14,99€ (D) / 15,50€ (A), 978-3-89883-828-3



LUKE ADAM HAWKER: **GEMEINSAM** Hardcover, 14,99€ (D) / 15,50€ (A) 978-3-96584-150-5



NELE SEHRT: **LIEBE PASSIERT, BEZIEHUNG IST ARBEIT**. Klappenbroschur 16,99€ (D) / 17,50€ (A), 978-3-96584-068-3

Starke Frauen



BRITT HAGEDORN, SABINE ALTENA: **OHNE WORTE? NICHT MIT UNS!** Klappenbroschur 16,99€ (D) / 17,50€ (A), 978-3-96584-243-4



MONICA MEIER-IVANČAN: **JETZT BIN ICH DRAN!** Klappenbroschur 22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-284-7

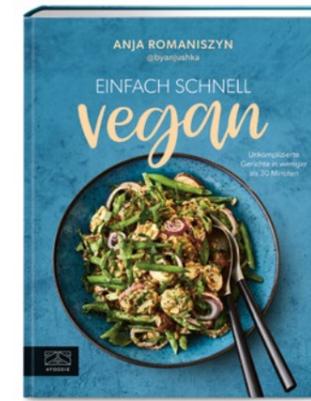


SOPHIA THIEL: **COME BACK STRONGER** Klappenbroschur, 19,99€ (D) / 20,60€ (A) 978-3-96584-089-8

Vegane Kochbücher / Vegetarische Kochbücher



ANJA ROMANISZYN: **EINFACH GLÜCKLICH VEGAN**. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A) 978-3-96584-100-0



ANJA ROMANISZYN: **EINFACH SCHNELL VEGAN**. Hardcover, 2,99€ (D) / 23,70€ (A) 978-3-96584-287-8



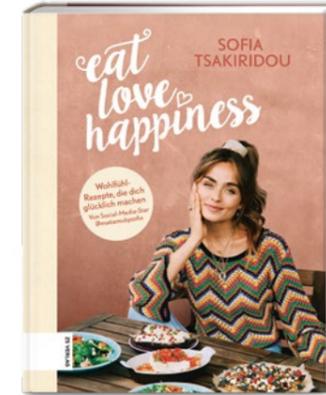
MARTIN KINTRUP: **BEINAHE VEGAN** Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A) 978-3-96584-276-2



SOPHIA HOFFMANN: **VEGAN QUEENS** Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A) 978-3-96584-295-3



SOPHIA HOFFMANN: **DIE KLEINE HOFFMANN**. Klappenbroschur 22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-129-1



SOFIA TSAKIRIDOU: **EAT LOVE HAPPINESS** Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A) 978-3-89883-958-7



SOFIA TSAKIRIDOU: **SIMPLY SOFIA** Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A) 978-3-96584-104-8



ANDREA SOKOL: **DAS GUTE-LAUNE-KOCHBUCH**. Hardcover 22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-246-5

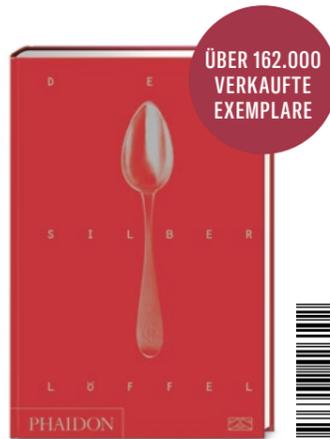


DIE LANDFRAUEN: **VEGETARISCH MIT DEN LANDFRAUEN**. Hardcover 19,99€ (D) / 20,60€ (A), 978-3-96584-219-9

Sichern Sie sich einmalige Sonderkonditionen ab 5 Exemplaren unserer Reihe »Länderküche«!

- Die Wahl der Titel ist Ihnen freigestellt
- Sie erhalten 42,5 % Rabatt + 60 Tage Valuta, 30 Tage Ziel, volles RR

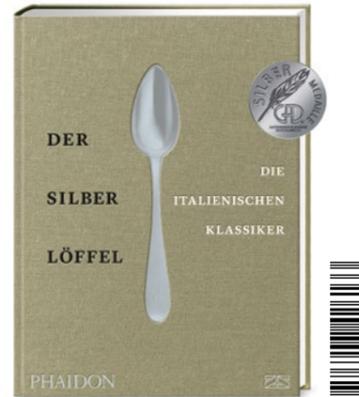
Bitte wenden Sie sich an Ihre*n Verlagsvertreter*in oder bestellen Sie unter buchvertrieb@edel.com oder (040) 890 85 200



DER SILBERLÖFFEL. Hardcover 50,-€ (D) / 51,40€ (A), 978-3-947426-10-2



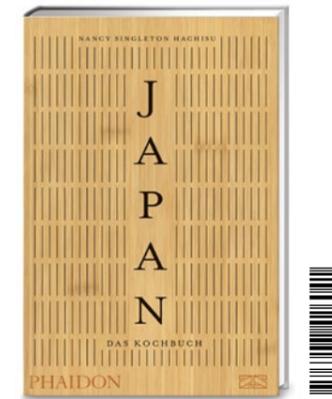
DER VEGETARISCHE SILBERLÖFFEL Hardcover, 39,99€ (D) / 41,20€ (A) 978-3-947426-20-1



DER SILBERLÖFFEL – DIE ITALIENISCHEN KLASSIKER. Hardcover 39,99€ (D) / 41,20€ (A), 978-3-947426-13-3



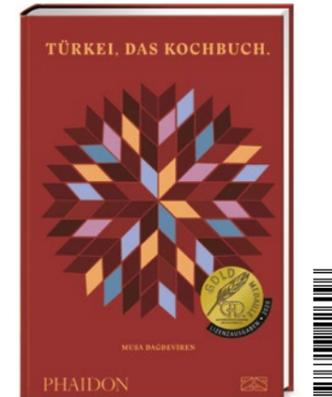
PUSHPEESH PANT: INDIEN – DAS KOCHBUCH Hardcover, 45,-€ (D) / 46,30€ (A) 978-3-947426-21-8



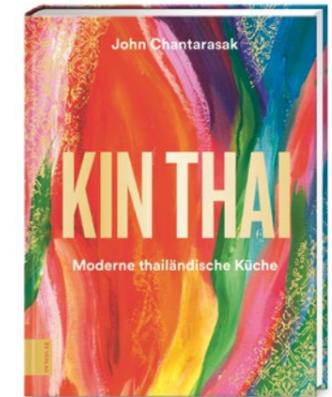
NANCY SINGLETON HACHISU: JAPAN – DAS KOCHBUCH. Hardcover 45,-€ (D) / 46,30€ (A), 978-3-947426-04-1



JEAN -PIERRE GABRIEL: THAILAND – DAS KOCHBUCH. Hardcover 39,99€ (D) / 41,20€ (A), 978-3-947426-17-1



MUSA DAGDEVIREN: TÜRKEI – DAS KOCHBUCH. Hardcover, 39,99€ (D) / 41,20€ (A) 978-3-947426-09-6



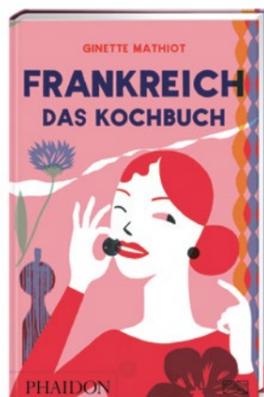
JOHN CHANTARASAK: KIN THAI. Hardcover 29,99€ (D) / 30,90€ (A), 978-3-96584-254-0



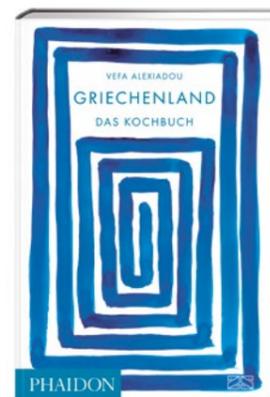
LAYALI JAJAAR: LAYALI. Hardcover 34,-€ (D) / 35,-€ (A), 978-3-96584-250-2



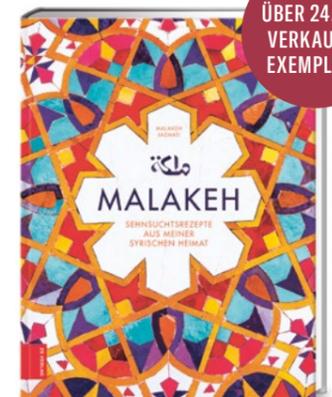
GABRIELLE LANGHOLTZ: AMERIKA – DAS KOCHBUCH. Hardcover, 45,-€ (D) / 46,30€ (A) 978-3-947426-00-3



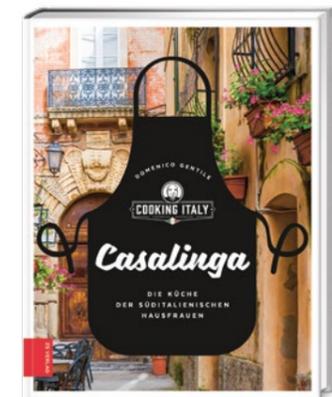
GINETTE MATHIOT: FRANKREICH – DAS KOCHBUCH. Hardcover, 45,-€ (D) / 46,30€ (A) 978-3-947426-23-2



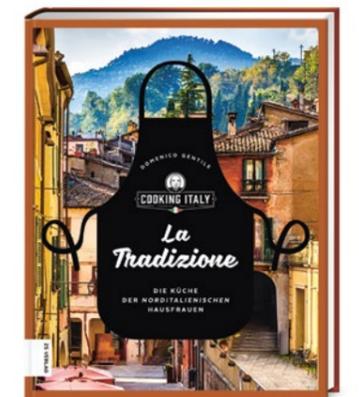
VEFA ALEXIADOU: GRIECHENLAND – DAS KOCHBUCH. Hardcover, 39,99€ (D) / 41,20€ (A) 978-3-947426-19-5



MALAKEH JAZMATI: MALAKEH. Hardcover 34,-€ (D) / 34,95€ (A), 978-3-89883-656-2



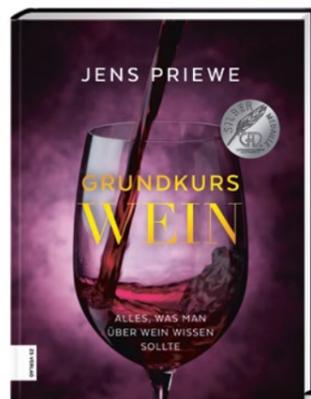
DOMENICO GENTILE: CASALINGA. Hardcover 22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-050-8



DOMENICO GENTILE: LA TRADIZIONE Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A) 978-3-96584-218-2



OTTO GEISEL: **WEIN & GENUSS IN SÜDTIROL**
Hardcover, 29,99€ (D) / 30,90€ (A)
978-3-96584-032-4



JENS PRIEWE: **GRUNDKURS WEIN**. Hardcover
19,99€ (D) / 20,60€ (A), 978-3-89883-941-9

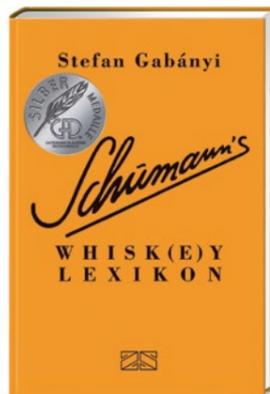


ÜBER 26.000
VERKAUFTE
EXEMPLARE

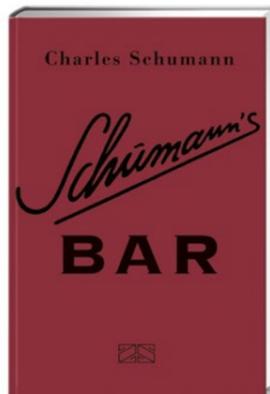
JENS PRIEWE: **WEIN**. Hardcover mit
Schutzumschlag, 34,90€ (D) / 35,90€ (A)
978-3-89883-716-3



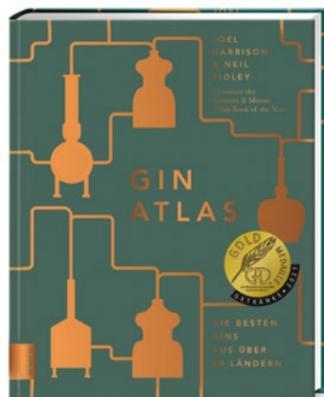
PAULA BOSCH: **EINGESCHENKT**
Klappenbroschur, 22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-180-2



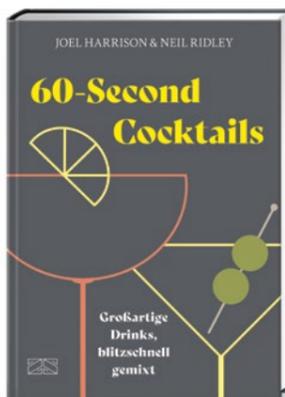
GÜNTER MATTEI, STEFAN GABÁNYI:
SCHUMANN'S WHISK(E)YLEXIKON
Hardcover, 39,99€ (D) / 41,20€ (A)
978-3-96584-085-0



CHARLES SCHUMANN: **SCHUMANN'S BAR**
Hardcover, 38,-€ (D) / 39,10€ (A)
978-3-89883-502-2



JOEL HARRISON, NEIL RIDLEY: **GIN ATLAS**
Hardcover, 39,99€ (D) / 41,20€ (A)
978-3-96584-071-3



JOEL HARRISON, NEIL RIDLEY:
60-SECOND COCKTAILS. Hardcover
19,99€ (D) / 20,60€ (A), 978-3-96584-258-8



DAVE BROOM: **HOW TO DRINK GIN**
Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-96584-257-1



ÜBER 43.000
VERKAUFTE
EXEMPLARE

KOCHEN UND BACKEN MIT DER MAUS
Hardcover, 14,99€ (D) / 15,50€ (A)
978-3-89883-651-7

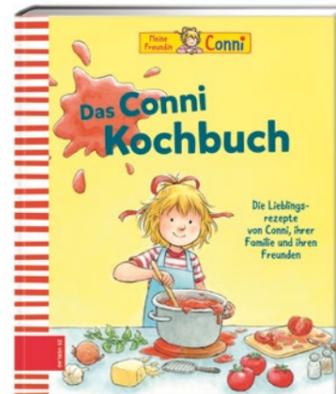


DIE UMWELT SCHÜTZEN MIT DER MAUS
Hardcover, 14,99€ (D) / 15,50€ (A)
978-3-96584-249-6

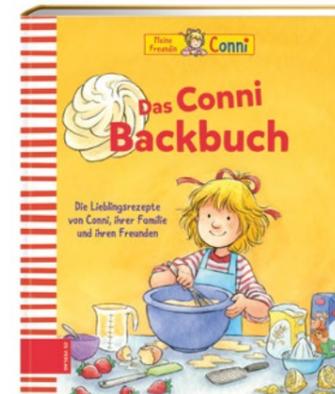


ÜBER 34.000
VERKAUFTE
EXEMPLARE

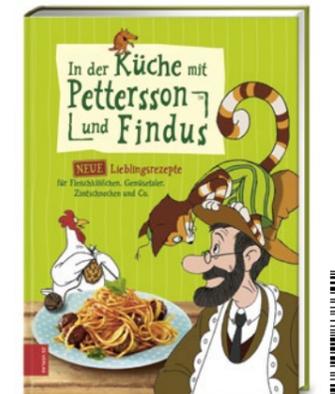
CHRISTIANE KÜHRT: **DIE SCHULE DER
MAGISCHEN TIERE – DAS KOCHBUCH**
Hardcover, 16,99€ (D) / 17,50€ (A)
978-3-96584-128-4



DAS CONNI KOCHBUCH
Hardcover, 14,99€ (D) / 15,40€ (A)
978-3-89883-753-8



DAS CONNI BACKBUCH
Hardcover, 14,99€ (D) / 15,50€ (A)
978-3-89883-823-8



**IN DER KÜCHE MIT PETERSSON UND
FINDUS**. Hardcover, 14,99€ (D) / 15,50€ (A)
978-3-89883-864-1



ANNABEL KARMEI: **KUNTERBUNTE
KINDERKÜCHE**. Hardcover
16,99€ (D) / 17,50€ (A), 978-3-96584-245-8



MARIA SERDARUSIC: **MAMA KOCHT
BREIFREI**. Klappenbroschur
16,99€ (D) / 17,50€ (A), 978-3-96584-217-5



CHRISTIANE KÜHRT: **ZACK, FERTIG!
ICH KANN DAS ALLEIN!** Hardcover
19,99€ (D) / 20,60€ (A), 978-3-96584-029-4

