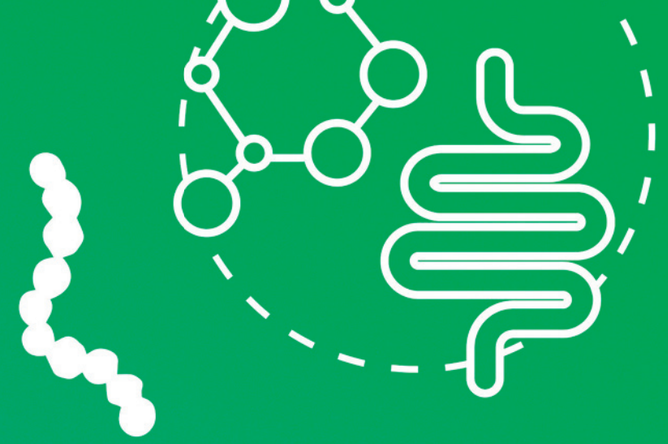
ZS Vorschau Winter 2022/2023

Die Ernährungs Docs

Über 1,3 Mio. verkaufte Expl. der Ernährungs-Docs: **die erfolgreichste deutsche Gesundheitsmarke**



Neue Folgen im NDR Fernsehen ab Januar 2023, Buchhinweis in der Sendung, montags, 21.00 Uhr

Das
Mikrobiom
ist eines der wichtigsten Ökosysteme im Körper.
Die Ernährungs-Docs zeigen, wie man mit der
Darm-fit-Formel gesund abnimmt!

DIE DARMFLORA
auf schlank programmieren

PRESSE-HIGHLIGHTS

das! · Apotheke für mich · Bild · BUNTE · Süddeutsche Zeitung Deutschlands große Tageszeitung · tv Hören und Sehen · HÖRZU

DIE ERNÄHRUNGS-DOCS – GESUND ABNEHMEN MIT DER DARM-FIT-FORMEL

Das neue Buch der Bestseller-Ärzt*innen

Inhalt

Unser Darm hat großen Einfluss darauf, ob wir dick oder dünn, krank oder gesund sind. Wer nachhaltig **überschüssige Pfunde loswerden** und sich wohlfühlen möchte, braucht ein **Mikrobiom,** das überwiegend von nützlichen Bakterien besiedelt ist. Damit die im Darm die Oberhand gewinnen, haben die bekannten NDR-Ernährungs-Docs jetzt **eine Formel** entwickelt, die das **Wunderorgan stärkt und gesundes Abnehmen garantiert.**

Dabei setzen die erfahrenen Ärzte auf **aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse** – denn der Darm ist in den letzten Jahren als **wichtiges Ökosystem** immer besser erforscht worden. Welche Nahrungsmittel liebt er? Was bringen Esspausen? Worin besteht das **Geheimnis der Darmbakterien?** Auf gewohnt anschauliche Weise werden **alle wichtigen Fragen beantwortet** und **Fachwissen verständlich** erklärt.

Dass eine Ernährungsumstellung nicht nur beim Abnehmen hilft, sondern auch Genuss bedeutet, beweisen **mehr als 60 leckere Rezepte.** Nie war es einfacher, **langfristig in Bestform** zu kommen!

USPs, Presse und Marketing

- Über 50 % der deutschen Erwachsenen sind übergewichtig und rund 20 Mio. Deutsche interessieren sich für Diäten
- Das Buch zum Trendthema »Schlankmacher Darm«
- Das neue Buch der Bestsellerautor*innen (bislang insgesamt über 1,3 Mio. verkaufte Exemplare)
- Ausstrahlung einer neuen Staffel inkl. Abspannhinweis zum Buch zum ET Anfang Januar 2023

DR. MED. MATTHIAS RIEDL,
DR. MED. JÖRN KLASEN, DR. MED. SILJA SCHÄFER, DR. MED. VIOLA ANDRESEN
DIE ERNÄHRUNGS-DOCS – GESUND ABNEHMEN MIT DER DARM-FIT-FORMEL
WIE SIE IHR MIKROBIOM AUF SCHLANK PROGRAMMIEREN

160 Seiten, Hardcover
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1461
22,99 € (D) / 23,70 € (A)
ISBN 978-3-96584-286-1
Erscheint: Januar 2023

Dr. med. Jörn Klasen ist Facharzt für Innere Medizin mit Schwerpunkt Magen-, Darm- und Lebererkrankungen, Ernährungsmediziner sowie Arzt für Anthroposophische Medizin. Er ist leitender Arzt des Zentrums für integrative Medizin am Hamburger Medizinicum.

Dr. med. Matthias Riedl ist Ernährungsmediziner und Diabetologe und leitet als ärztlicher Direktor das von ihm gegründete Medicum Hamburg, Europas größte Facheinrichtung für Diabetes und Ernährungsmedizin.

Dr. med. Silja Schäfer ist Fachärztin für Allgemeinmedizin und Ernährungsmedizin. Sie führt eine Schwerpunktpraxis für Diabetes und Ernährung in Kiel und hat sich in Naturheilverfahren, Akupunktur, Neuraltherapie sowie Sportmedizin weitergebildet.

Dr. med. Viola Andresen ist Fachärztin für Innere Medizin und Ernährungsmedizin. Sie leitet das »Ikaneum« am Israelitischen Krankenhaus Hamburg, ein Institut für Darmgesundheit und Ernährung. Viola Andresen verstärkt ab Januar 2023 das Team der Ernährungs-Docs.

Das könnte Sie auch interessieren

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

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

ISS DICH FIT

Schnelle Rezepte für einen gesunden Lebensstil

Inhalt

Gesunde und natürliche Ernährung darf kein Luxus sein. Es ist was Körper, Seele und Geist täglich verdienen, aber bedingt durch ständigen Zeitmangel oft schwer umsetzbar ist.

Fitness-Influencerin Caro Mareike kommt zu Hilfe, denn in diesem Kochbuch finden sich einfache und vor allem schnelle Gerichte, **kein Rezept dauert länger als 20 Minuten.** Das Beste: **Die Rezepte sind alltagstauglich und kein Lebensmittel wird kategorisch ausgeschlossen.**

Das Kochbuch gibt einen Einblick in die Lebensmittelkunde und erklärt die Vorteile einer ausgewogenen, natürlichen Ernährung. Ein Ernährungsplan ist nie allgemeingültig, sondern sollte auf die eigene Lebenssituation abgestimmt werden. **Um Vorlieben und Bedürfnissen gerecht zu werden, sind die Rezepte mit »Wegweisern« gekennzeichnet.** Symbole am Rand der Rezepte zeigen ob das Gericht vegetarisch, vegan, mit Fleisch, mit Fisch, glutenfrei oder laktosefrei ist. Vom Frühstück mit Ei oder Chia-Samen, zu besonderen Säften, über Hauptmahlzeiten zu gesunden Desserts und Snacks: **Die abwechslungsreichen Rezepte von Caro Mareike lassen keine Wünsche offen.**

USPs, Presse und Marketing

- Verbindung der Megatrends gesunde Ernährung und schnelle und einfache Rezepte
- Starke Social Media Präsenz: Caro Mareike hat über 100.000 Instagram Follower*innen
- Authentisch, persönlich und lebensnah: alltagstaugliche Rezepte, die in maximal 20 Minuten zuzubereiten sind
- Große Social-Media-Kampagne auf Instagram von Caro Mareike

CARO MAREIKE GÜNTHER
ISS DICH FIT MIT CARO
SCHNELLE REZEPTE FÜR EINEN GESUNDEN LEBENSSTIL

160 Seiten, Hardcover
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1455
22,99€ (D) / 23,70€ (A)
ISBN 978-3-96584-288-5
Erscheint: Januar 2023

Das könnte Sie auch interessieren

SOFIA TSAKIRIDOU
SIMPLY SOFIA
22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-89883-958-7

SOFIA TSAKIRIDOU
EAT LOVE HAPPINESS
22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-104-8

Caro Mareike ist mit über 100.000 Instagram-Follower*innen eine erfolgreiche Ernährungs-Fitnessinfluencerin. Im Fokus ihres Accounts stehen Anleitungen zu Fitnessübungen sowie Rezepte für eine ausgewogene und gesunde Ernährung. »Quick & Healthy« ist das Credo der sympathischen Influencerin. Caro Mareike hat selbst erlebt, wie sehr ihr eine natürliche Ernährung auf ihrer persönlichen Fitnessreise geholfen hat, so dass sie sich besonders freut, diese mit ihren Fans und vielen neuen Leser*innen teilen zu können.

© Ben Fuchs

DAS EMOTIONAL EATING KOCHBUCH

Ernährung in Balance – 70 Rezepte für ein neues Körpergefühl

Inhalt

Wir essen aus **Stress**. Wir essen aus **Frust**. Wir essen aus **Langeweile:** Essen ist heute weit mehr als reine Nahrungsaufnahme. Der **emotionale Hunger** sitzt häufig mit uns zusammen am Tisch. Das kennt Dr. Kathrin Vergin nur zu gut: Als ehemals selbst Betroffene ist sie inzwischen **Top-Ernährungsexpertin** und hat sich auf das Thema Emotional Eating spezialisiert.

Sie kennt sich aus mit den Problemen all jener, die mit **Über- oder Untergewicht** kämpfen, in der **Diät-Dauerschleife** stecken oder zu einer **Essstörung** neigen. In ihrem Kochbuch verrät Kathrin Vergin nicht nur wichtige Infos und Tipps, wie man **sein Essverhalten analysieren** kann. Sie bietet mit ihren Rezepten auch gleich **über 70 leckere Lösungen,** wie man raus aus der Heißhungerfalle kommt. Und weil man bei Essattacken nicht erst stundenlang in der Küche stehen kann, sind alle Rezepte unkompliziert und ruckzuck zubereitet.

Das Versprechen: In der Zeit, in der der Lieferservice die Pizza bringt, steht auch das selbst gekochte Essen auf dem Tisch – das dann aber gesund ist und **wirklich satt und glücklich macht!**

USPs, Presse und Marketing

- Emotional Eating: Essen aus einer Laune heraus, um Gefühle zu kompensieren, ohne echten Hunger zu verspüren
- Fast alle, die mit Über- oder Untergewicht, mit einer Essstörung oder Diät-Frust kämpfen, sind betroffen
- Von der führenden Ernährungsexpertin zu emotionalem Essen
- Das erste Kochbuch zum Thema mit schnellen Rezepten, die Heißhungerattacken auf gesunde Weise abfangen
- PR- und Marketing-Kampagne mit Frauenzeitschriften, Gesundheitsmagazinen sowie Nachrichtenportalen

DR. KATHRIN VERGIN
DAS EMOTIONAL EATING KOCHBUCH
ERNÄHRUNG IN BALANCE – 70 REZEPTE FÜR EIN NEUES KÖRPERGEFÜHL

176 Seiten, Hardcover
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1461
22,99€ (D) / 23,70€ (A)
ISBN 978-3-96584-283-0
Erscheint: Januar 2023

Dr. Kathrin Vergin ist Geschäftsführerin des Emotional Eating Instituts in Hamburg. Sie arbeitet als Ernährungstherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie. Als ehemals Betroffene kann sie bei der Betreuung ihrer Patient*innen – meist Menschen mit starkem Über- oder Untergewicht bzw. mit Essstörungen – nicht nur auf ihre fachliche Kompetenz, sondern auch auf ihre eigene Erfahrung zurückgreifen. Neben ihrer Tätigkeit als Ernährungscoachin hält Dr. Kathrin Vergin Vorträge und Seminare in Firmen und engagiert sich in der Ernährungsberatung von Krebspatient*innen.

© Michael Wilfling

JETZT BIN ICH DRAN!

Das 3-Wochen-Programm für mehr Energie, Wohlbefinden und Lebensfreude

Inhalt

Endlich **mehr Energie** haben, sich in der eigenen Haut **wohlfühlen** und mit sich **im Reinen sein** – wer möchte das nicht? Bestseller-Autorin Monica Meier-Ivancan hat für sich den Weg zu einem **erfüllten Leben** gefunden.

Ob ein **Power-Frühstück** am Morgen, eine **Meditation** zwischendurch oder im richtigen Augenblick **Grenzen setzen** – seit sie sich mit **wohltuenden Ritualen** und **achtsamen Momenten** selbst beschenkt, weiß Monica Meier-Ivancan, wer sie wirklich ist und was sie will im Leben. Nun möchte die ausgebildete **Ernährungsberaterin, Fitnesstrainerin und Meditations-Coachin** auch andere dabei unterstützen, ebenso zu wachsen und aufzublühen.

Das inspirierende **3-Wochen-Mitmachbuch** mit motivierenden Aufgaben, wertvollen Anregungen und leckeren Rezepten ist ein liebevoll gestalteter Begleiter, der dazu einlädt, sich jeden Tag **etwas Gutes zu tun**, um Gesundheit und Wohlbefinden zu steigern. Ganz **persönliche Erfahrungen**, die die Autorin mit ihren Leser*innen teilt, runden diesen besonderen Ratgeber ab.

USPs, Presse und Marketing

- Das aktivierende Mitmachbuch zum Trendthema »Selfcare«
- Mit dem Rundum-Wohlfühl-Programm in 7 Schritten zu einem achtsamen und erfüllten Leben
- Nach dem Bestsellererfolg »Meine wunderbare Basenküche« das neue Buch von Monica Meier-Ivancan, mit einer großen Fangemeinde (197 Tsd. Follower*innen)
- Große Social-Media- und PR-Kampagne mit Fokus auf Service-Sendungen und Frauen- und Gesundheitsmagazine

MONICA MEIER-IVANCAN
JETZT BIN ICH DRAN!
DAS 3-WOCHEN-PROGRAMM FÜR MEHR ENERGIE, WOHLBEFINDEN UND LEBENSFREUDE

176 Seiten, Klappenbroschur
Format 17,5 × 24,3 cm
WG: 1460
22,99€ (D) / 23,70€ (A)
ISBN 978-3-96584-284-7
Erscheint: Januar 2023

Das könnte Sie auch interessieren

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

Monica Meier-Ivancan war 2004 die erste Bachelorette im deutschen Fernsehen. Seitdem arbeitet sie regelmäßig vor der Kamera – sowohl im TV als auch als Model. Sie ist ausgebildete Ernährungsberaterin und Fitness-Trainerin und gibt regelmäßig Workshops und Retreat-Wochenenden. Auf Instagram, wo sie 197.000 Abonnent*innen hat, und auf Facebook mit über 296.000 Likes versorgt sie ihre Fans mit Lifestyle-Tipps, Rezepten und Ratschlägen zu Gesundheit und Fitness (www.monica-ivancan.de).

© Michael Wilfling

DER KÖRPER TICKT NICHT UNISEX

Die neuesten Erkenntnisse der Gendermedizin, praxisorientiert auf die Behandlung der 10 häufigsten Volkskrankheiten angewandt

Prof. Dr. med. Burkard Sievers ist **der anerkannte Gendermediziner**

GROSSE WISSENSLÜCKEN KOSTEN IMMER NOCH VIELE LEBEN

PRESSE-HIGHLIGHTS

STUDIO 3 LIVE AUS BABELSBERG · das! · volle kanne · ABENDSCHAU DER SÜDEN · Bild · BUNTE · Süddeutsche Zeitung Deutschlands große Tageszeitung · tv Hören und Sehen · HÖRZU

SO HEILT MAN HEUTE

Maßgeschneiderte Therapien für beide Geschlechter bei den 10 häufigsten Volkskrankheiten

Inhalt

Ob Herzinfarkt, Diabetes, Übergewicht, Krebs oder Demenz – **die großen Volkskrankheiten greifen weiter um sich.** Dabei werden **Frauen und Männer häufig falsch behandelt,** weil Ärzt*innen die geschlechtsspezifischen Besonderheiten zu wenig berücksichtigen. So kann es passieren, dass man die Symptome für einen drohenden Herzinfarkt übersieht, weil sie bei Frauen anders sind, oder beim Mann die Osteoporose, weil sie als Frauenkrankheit gilt.

In seinem Buch verbindet Prof. Dr. med. Burkhard Sievers **fundiertes Wissen und langjährige Praxiserfahrung** zu einem brandaktuellen praxisorientierten Ratgeber: Die **10 häufigsten Volkskrankheiten** werden unter dem **Blickwinkel der Gendermedizin** leicht verständlich aufgeschlüsselt. Beispiele aus der Praxis bieten einen anschaulichen Zugang zum Thema und Symptom-Checkboxen liefern ein Frühwarnsystem zur korrekten Einordnung von Beschwerden. Endlich ein Buch, das zeigt, **warum Männer und Frauen eine unterschiedliche Medizin brauchen,** und was jeder tun kann, um **wirksam behandelt zu werden.**

USPs, Presse und Marketing

- Gesünder mit »Gender« ist DER Trend in den USA und wird auch in Deutschland zunehmend populärer
- Die neuesten Erkenntnisse der Gendermedizin, praxisorientiert auf die Behandlung der 10 häufigsten Volkskrankheiten angewandt
- Fundiertes Fachwissen mit unmittelbarem Praxisnutzen, anschaulichen Fallbeispielen und Hilfe zur Selbsthilfe für SIE und IHN
- Von einem der führenden Experten zum Thema Gendermedizin
- Große PR-Kampagne mit Fokus auf Service-Sendungen und Talkshows, Hörfunk, reichweitenstarke Tages- und Wochenzeitungen

PROF. DR. MED. BURKHARD SIEVERS
SO HEILT MAN HEUTE
MASSGESCHNEIDERTE THERAPIEN FÜR BEIDE GESCHLECHTER BEI DEN 10 HÄUFIGSTEN VOLKSKRANKHEITEN

208 Seiten, Hardcover
Format 17,5 × 24,3 cm
WG: 1465
24,99 € (D) / 25,70 € (A)
ISBN 978-3-96584-303-5
Erscheint: Februar 2023

Prof. Dr. med. Sievers ist Leiter der Klinik für Kardiologie, Angiologie, Pneumologie, Nephrologie und internistische Intensivmedizin am Sana Klinikum Remscheid sowie der Praxis Cardiomed 24. Als Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie und Angiologie verfügt er nicht nur über Expertise auf dem Gebiet der großen Volkskrankheiten. Als stellvertretender Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für geschlechtsspezifische Medizin ist er hierzulande auch einer der Pioniere in der jungen Disziplin der Gendermedizin.

©privat

MEDIZIN FÜR NORMALSTERBLICHE

Was du von A(sthma) bis Z(uckerkrank) wissen solltest

Inhalt

Mit ihrem **erfolgreichen Medizin-Podcast »Blutige Anfänger«** begeistern Wichard Lüdje und Jonas Köller seit fast zwei Jahren ihre medizininteressierten Zuhörer*innen. Dabei nehmen sie Medizinmythen ins Visier und geben Tipps und Infos zu Erstmaßnahmen, die jede*r im Alltag umsetzen kann.

In ihrem Buch »Medizin für Normalsterbliche« erklären Wichard Lüdje und Jonas Köller die **wichtigsten Fakten zu den häufigsten Krankheitsbildern** und geben Anleitungen, was wann wie zu tun ist, befragen namhafte Fachmediziner zu ausgewählten Themen und nehmen Mythen und (Google-) Halbwissen kritisch unter die Lupe. **Augenhöhe, verständliches Know-how und ein entspannter Ton** machen ihr Buch so überzeugend mit kurzweilig aufbereitetem Medizinwissen, das der Laie versteht.

Lachen ist bei der Lektüre ausdrücklich erlaubt! Das ganze Buch ist am Ende selbst **die beste »Medizin«.** Egal, ob man von Beschwerden selbst betroffen ist oder sich grundsätzlich informieren möchte, wie unser Körper »tickt«: Dieses Buch hilft, eigene Symptome besser einzuschätzen – und ganz sicher auch beim nächsten Arztbesuch.

USPs, Presse und Marketing

— Aufklärung auf Augenhöhe zu medizinischen Themen, die uns alle betreffen

— Von Volks- »Zipperlein« bis zu echten Volks-«Krankheiten«

— Das erste Buch zu einem der erfolgreichsten Medizin-Podcasts in Deutschland mit Gastbeiträgen von renommierten Expert*innen und reichweitenstarken Medfluencer*innen

— Unter den Top 20 der deutschen Medizin-Podcasts

JONAS KÖLLER, WICHARD LÜDJE
MEDIZIN FÜR NORMALSTERBLICHE
WAS DU VON ASTHMA BIS ZUCKERKRANK WISSEN SOLLTEST

224 Seiten, Klappenbroschur
Format 15 × 21,5 cm
WG: 1460
19,99 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-96584-262-5
Erscheint: Februar 2023

Wichard Lüdje ist ausgebildeter Arzt und betreibt erfolgreich den Onlineshop »Animus Medicus«. Gemeinsam mit Jonas Köller moderiert er wöchentlich den Medizin-Podcast »Blutige Anfänger«, der mittlerweile über 100 Folgen zu medizinischen Themen umfasst.

Jonas Köller ist Medizinstudent im vierten Jahr. Neben dem Podcast mit Wichard Lüdje betreibt er einen eigenen Instagram-Kanal (@Jonesrulez), auf dem er seine Follower*innen in den studentischen Alltag zwischen Krankenhaus, Hörsaal und Fitnessstudio mitnimmt.

beide © Simon Mayr

EMILY IN PARIS

Das offizielle Kochbuch zur Netflix Erfolgsserie

Inhalt

Das offizielle **Kochbuch zur erfolgreichen Netflix Serie** »Emily in Paris« bringt **Pariser Flair** in die Küche zu Hause. Mit über 75 von der Show inspirierten Rezepten ein **Must-Have für Fans**.

Der Titel enthält berüchtigte **Gerichte aus der Serie** wie Gabriels Omelette und Pierres knackige Crème brûlée, französische Klassiker wie Ratatouille, Pain au chocolat und Macarons. Auch die ein oder andere amerikanische Spezialität ist dabei, natürlich #cheeseburgerinparadise und die »Quiche au Ciment« (alias Chicago Deep-Dish-Pizza), auf die Emily so stolz ist.

Wer den attraktiven Nachbarn mit Coq au vin verführen oder mit den Kollegen mittags bei ein paar Gläsern Zitronenwein über alles außer die Arbeit reden will, findet in »Emily in Paris: Das Kochbuch« **leicht machbare Rezepte für jeden Anlass**.

Viele **Rezeptbilder**, großflächige **Standfotos** aus der Show, einschlägige **Zitate** und charmante **Erzählungen** aus der Sicht von Emily, Mindy, Sylvie & Co. lassen **Serien-Fans** schwelgen und **Hobbyköch*innen** zu Hause die **klassische und zeitgenössische French Cuisine** feiern.
Bon appétit!

USPs, Presse und Marketing

- Das offizielle Kochbuch zur erfolgreichen Netflix-Serie »Emily in Paris« – das einzige mit Original-Rezepten vom Filmset
- Über 75 Rezepte für jede Gelegenheit: French Cuisine zum Wohlfühlen, elegante Horsd'oeuvres, leichte Bistro-Rezepte, klassisches Gebäck, edle Patisserie, Cocktails und mehr
- Inspirierende Rezeptbilder, Shots der Serien-Stars und schwelgerische Fotos der Pariser Kulisse
- Die 1. und 2. Staffel waren mehrere Wochen unter den Top 10 in D und in über 90 anderen Ländern (weltweit 58 Mio. Mal auf Netflix gestreamt)
- Pünktlich zur geplanten neuen Staffel Anfang 2023

KIM LAIDLAW
EMILY IN PARIS
DAS OFFIZIELLE KOCHBUCH
ZUR NETFLIX SERIE

Übersetzt von Anita Weinberger-Schwendenwein
224 Seiten, Hardcover
Format 20 × 25 cm
WG: 1455
22,99€ (D) / 23,70€ (A)
ISBN 978-3-96584-280-9
Erscheint: Dezember 2022

Gabriels Omelette
aux fines herbes

Pierres knackige
Crème brûlée

Schon kurz nach Start der 1. Staffel 2020 wurde **»Emily in Paris«** auf Netflix zur erfolgreichsten Comedy-Serie des Jahres. Marketing-Expertin Emily zieht für ihren Traumjob von Chicago nach Paris. Mit ihrer amerikanischen Art begeht sie einen Fauxpas nach dem anderen und auch in der Liebe ist ein Aufeinanderprallen der Kulturen so unvermeidlich wie unterhaltsam. Die Serie führt die Protagonist*innen außerdem in die angesagtesten Bistros und Restaurants der Stadt. Mit dem offiziellen Kochbuch zur Serie können Emily-Fans jeden Gang hautnah miterleben. Die 2. Staffel folgte Ende 2021, Staffel 3 und 4 werden gerade gedreht.

BEINAHE VEGAN

90 % pflanzlich – 100 % nachhaltig

Inhalt

Für eine **nachhaltige Ernährung** gibt es gute Gründe: **die Natur, das Klima, das Tierwohl** oder das eigene schlechte Gewissen. Viele Menschen denken dabei meist an den Verzicht von Fleisch und tierischen Produkten, an aufwendiges und teures Essen, kurz: **an Tabus und wenig Genuss.**

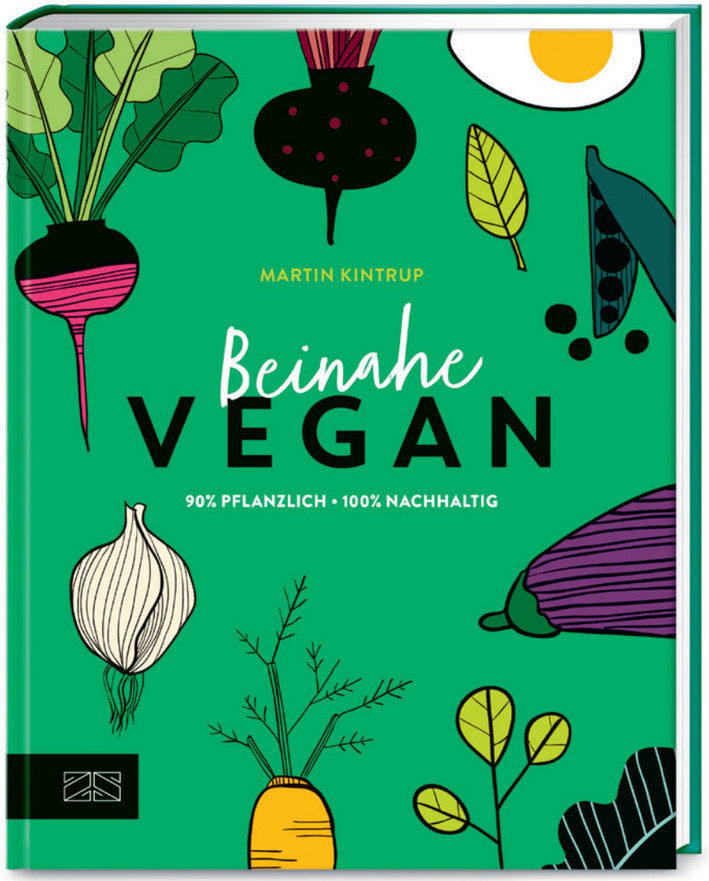
Dass dies nicht sein muss, beweist Martin Kintrup in »Beinahe vegan«. Hier geht es nicht darum, zu verzichten, sondern lediglich **den Anteil der tierischen Lebensmittel pro Mahlzeit auf 10 % zu senken.** Ob ein bisschen Butter, Ei oder auch Fisch und Fleisch jedes Rezept bietet tierische Produkte in Maßen. **Das macht Verzicht und Tabus überflüssig und garantiert großen Genuss.** Alle Rezepte sind einfach und schnell nachzukochen und die Zutaten ohne Probleme verfügbar.

Neben den über **70 beinahe veganen Rezepten** bietet das Buch Tipps zum Einkaufen, zur Müllvermeidung beim Kochen und zur 100 %igen Verwertung tierischer Produkte und vieles mehr.

Nachhaltiges Kochen und Genießen war nie einfacher als mit »Beinahe vegan«, dem Kochbuch für Fast-Veganer*innen, Genussmenschen und Freund*innen der grüneren Küche.

USPs, Presse und Marketing

- Der einfache Weg zur pflanzlichen Ernährung mit 10 % tierischen Extras
- Moderne Optik kombiniert mit unschlagbar simplen und leckeren Rezepten
- Von Erfolgsautor Martin Kintrup
- Erscheint im Veganuary 2023



MARTIN KINTRUP
BEINAHE VEGAN
90 % PFLANZLICH –
100 % NACHHALTIG

176 Seiten, Hardcover
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1455
22,99 € (D) / 23,70 € (A)
ISBN 978-3-96584-276-2
Erscheint: Januar 2023

RATATOUILLE MAROCAINE
MIT CHILI UND SESAM

© Food and Nude Photography
Katarzyna Tasiemska

Martin Kintrup lebt auf einem Bauernhof am Stadtrand von Münster. Seit 18 Jahren arbeitet er nun schon erfolgreich als Autor, inzwischen auch als Foodstylist. In dieser Zeit sind von ihm über 50, teils preisgekrönte Kochbücher erschienen. Sein Markenzeichen: kreative, würzige und kräuterfrische Rezepte, inspiriert durch den eigenen Garten.

EINFACH SCHNELL VEGAN

60 schnelle Rezepte in weniger als 30 Minuten

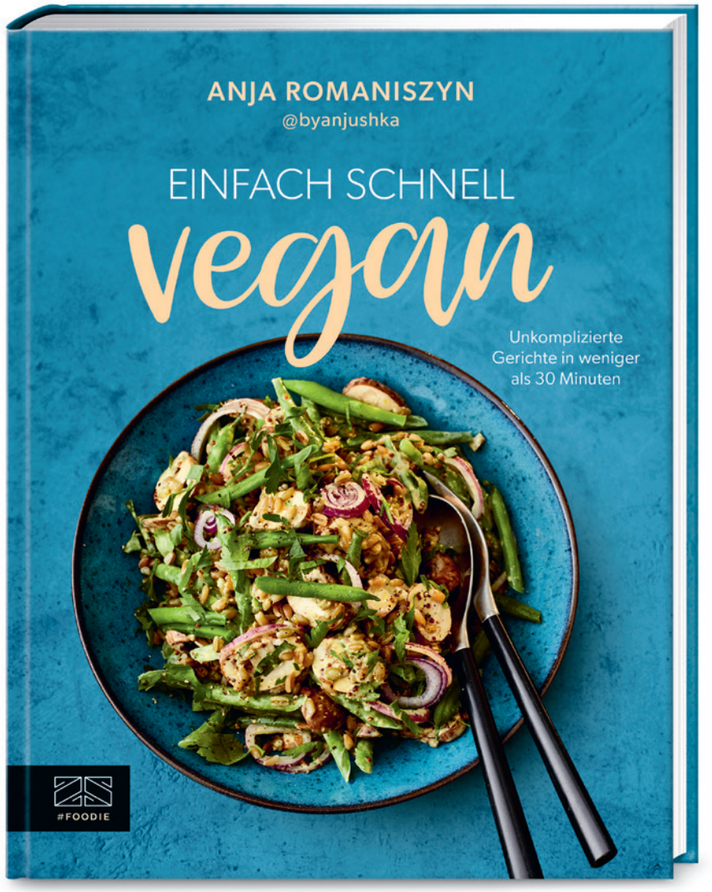
Inhalt

Anja Romaniszyn ist eine der erfolgreichsten Food-Bloggerinnen Deutschlands (byanjushka.com) und steht **für Authentizität, Inspiration und leckeres, veganes Essen.** Nach ihrem erfolgreichen ersten Kochbuch »Einfach Glücklich Vegan« **folgt nun mit »Einfach Schnell Vegan« endlich der lang ersehnte zweite Streich.** Anja möchte ihren Leser*innen helfen, **die vegane Küche alltagstauglich zu machen** und so lassen sich ihre neuen Rezepte besonders einfach und besonders schnell zubereiten. Passend dazu, teilt sie, über die 60 Rezepte hinaus, auch **ihre ganz persönlichen Tipps und Tricks für eine schnelle Alltagsküche.** Und dazu gehören, neben den Rezepten, Vorräte, Einkaufslisten und den Meal-Prep-Plänen, auch die besonders gut durchdachte Vorbereitung.

Einem bleibt sich Anja natürlich aber auch bei diesem Kochbuch treu: **kein Rezept bei dem nicht der Genuss an erster Stelle steht!**

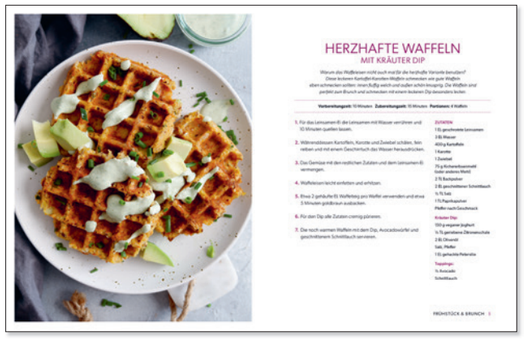
USPs, Presse und Marketing

- Vegan ist Trend: Die vegane Ernährung ist die zukunftsgewandte und nachhaltige Lifestyle-Küche!
- Über 1,66 Mio. der Deutschen ernähren sich vegan
- Große Social-Media-Kampagne auf Instagram und dem Blog von byanjushka
- Erscheint im Veganuary 2023



ANJA ROMANISZYN
EINFACH SCHNELL VEGAN
UNKOMPLIZIERTE GERICHTE
IN WENIGER ALS 30 MINUTEN

160 Seiten, Hardcover
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1455
22,99€ (D) / 23,70€ (A)
ISBN 978-3-96584-287-8
Erscheint: Januar 2023



Anja Romaniszyn bloggt mit byanjushka.com zu den Themen Selbstliebe, ihren Weg aus der Essstörung und über veganes Essen. Ihr Instagram-Account zählt 155.000 Follower*innen, sie gehört zu den einflussreichsten veganen Food-Bloggerinnen Deutschlands. Byanjushka basiert auf Anjas polnischem Spitznamen Anjushka. Auf ihre polnischen Wurzeln führt Anja auch ihre Leidenschaft für das Kochen und Backen zurück, das für ihre Familie immer wichtig war.

© Ben Fuchs

VEGAN QUEENS

Neue Rezepte und fantastische Küchengeschichten aus Sophias veganer Welt

Inhalt

VEGAN QUEENS – Königinnen am Herd! Sophia Hoffmann, Köchin, Autorin und Gastronomin, präsentiert **die wahren Heldinnen einer neuen Food-Bewegung**: Inspirierende Frauen, die als Köchinnen, Bäckerinnen und Unternehmerinnen in einer immer noch männlich dominierten Industrie ihre Leidenschaft zum Beruf gemacht haben und hier ihre Erfolgsrezepte verraten!

Die Porträts sind eingebettet in **köstliche, vegane Menüs**, die kulinarische Geschichten erzählen: Vom monochromen »Ganz in Weiß«-Menü bis hin zu Dinnern, die sich der Vielfalt von Pizza, Pasta oder kunterbunten Stullen widmen. Ob beim David Bowie Gedenk-Menü oder der »Kräuterzeit«, hier gibt es Vorspeisen, Hauptgänge, Desserts, Kuchen, Drinks, Raffiniertes, Einfaches, Saisonales und Klassiker neu erzählt. Diese Frauen und ihre Rezepte vermitteln **Genuss, Inspiration und Lebensfreude pur!**

VEGAN QUEENS ist ein Kochbuch voll mit **Küchengeschichten, Rezepten, Menüs und Infos**, das die große Bandbreite pflanzlichen Kochens zeigt. Ein bewusster Umgang mit Lebensmitteln und eine gesunde Ernährung, gepaart mit einer ordentlichen Portion an Kreativität – und natürlich jeder Menge Geschmack!

USPs, Presse und Marketing

- Überarbeitete, aktualisierte und erweiterte Ausgabe
- Kunterbunt und kreativ: vielseitige pflanzliche Rezepte in außergewöhnlichen Themen-Menüs
- Role Model Sophia Hoffmann, eine der bekanntesten und erfolgreichsten Protagonistinnen für vegane Küche in Deutschland

SOPHIA HOFFMANN
VEGAN QUEENS
NEUE REZEPTE UND FANTASTISCHE KÜCHENGESCHICHTEN AUS SOPHIAS VEGANER WELT

272 Seiten, Hardcover
Format 20,2 × 26 cm
WG: 1455
24,99€ (D) / 25,70€ (A)
ISBN 978-3-96584-295-3
Erscheint: Januar 2023

Das könnte Sie auch interessieren

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

SOPHIA HOFFMANN
ZERO WASTE KÜCHE
24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-89883-854-2

Sophia Hoffmann lebt als Köchin, Autorin und Aktivistin in Berlin. Neben pflanzlicher Küche setzt sie sich für Umweltschutz, Nachhaltigkeit und Feminismus ein und ist als Speakerin, Consultant und Botschafterin in diesen Bereichen tätig. Ihre kreativen veganen Rezepte bestechen durch regionale, saisonale Küche und die außergewöhnliche Leuchtkraft natürlicher Zutaten. In all ihren Kochbüchern geht es um mehr als einfach nur Kochen.

© Annabell Siewert

BACKLIST — Die Ernährungs-Docs

- 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: **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: **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. Hardcover
29,80€ (D) / 30,70€ (A), 978-3-89883-861-0

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

DIE ERNÄHRUNGS-DOCS: **SUPERGESUND MIT SUPERFOODS.** Hardcover
19,99€ (D) / 20,60€ (A), 978-3-89883-884-9

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

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

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

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

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

Weitere Bücher der Ernährungs-Docs

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

DR. MED. JÖRN KLASEN: **TSCHÜSS FETTLEBER.** 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

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

HEILEN MIT LEBENSMITTELN – DAS KOCHBUCH. Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-108-6

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

ERIKA RISCHKO, PROF. DR. INGO FROBÖSE
FÜR FITNESS IST ES NIE ZU SPÄT. Hardcover
22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-203-8

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

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

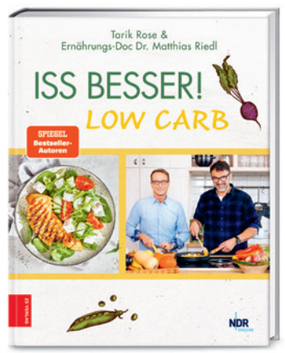
MARTINA KITTLER: **GUT, LECKER, BASISCH**
Hardcover, 18,99€ (D) / 19,60€ (A)
978-3-96584-179-6

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

CRISTIAN BROGLIA: **GLUTENFREI – DAS KOCHBUCH.** Hardcover
39,99€ (D) / 41,20€ (A), 978-3-947426-22-5

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

THOMAS SAMPL, MADLEN ZELLER
SIMPEL MIT SAMPL. Hardcover
22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-211-3

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

Glücklich

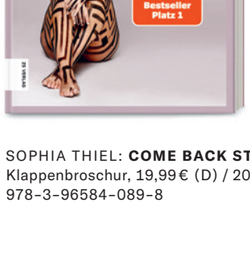
MICHAEL BORDT SJ: **WAS IN KRISEN ZÄHLT**
Hardcover, 9,99€ (D) / 10,30€ (A)
978-3-96584-178-9

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

ANNA WILKEN: **NA, WANN IST ES DENN SO WEIT?** Klappenbroschur
18,99€ (D) / 19,60€ (A), 978-3-96584-105-5

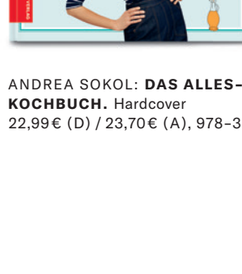
SOPHIA THIEL: **COME BACK STRONGER**
Klappenbroschur, 19,99€ (D) / 20,60€ (A)
978-3-96584-089-8

Vegane Kochbücher / Vegetarische Kochbücher

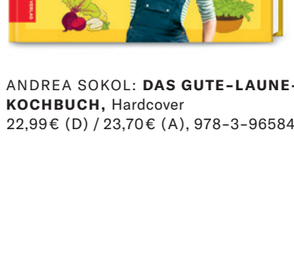
ANJA ROMANISZYN: **EINFACH GLÜCKLICH VEGAN.** Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-100-0

ELISA BRUNKE: **NO MEAT TODAY.** Hardcover
24,99€ (D) / 25,70€ (A), 978-3-96584-046-1

GESA NEITZEL: **SAFARI KITCHEN**
Hardcover, 29,99€ (D) / 30,90€ (A)
978-3-96584-097-3



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 ALLES-VERWENDEN-KOCHBUCH.** Hardcover
22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-074-4

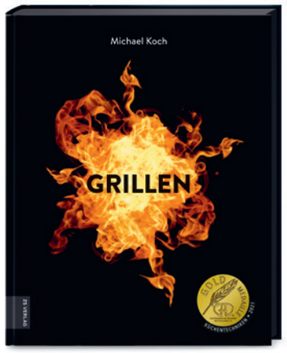
ANDREA SOKOL: **DAS GUTE-LAUNE-KOCHBUCH,** Hardcover
22,99€ (D) / 23,70€ (A), 978-3-96584-246-5

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

BACKLIST – Themenkochbücher

HOLGER STROMBERG: **ZUKUNFT KOCHEN**
Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-96584-183-3

ELENA UHLIG, FRITZ KARL: **HOT CUISINE**
Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-251-9



MICHAEL KOCH: **GRILLEN.** Hardcover
39,99€ (D) / 41,20€ (A), 978-3-96584-130-7

VERENA LUGERT: **NERVENNAHRUNG**
Flexicover, 19,99€ (D) / 20,60€ (A)
978-3-96584-099-7

VERENA LUGERT: **MEHR NERVENNAHRUNG**
Hardcover, 19,99€ (D) / 20,60€ (A)
978-3-96584-268-7

SOPHIA HOFFMANN: **ZERO WASTE KÜCHE**
Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-89883-854-2

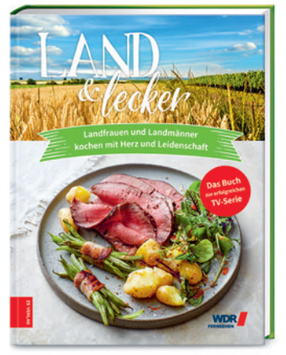
MARTIN KINTRUP: **DIE BURGER-FORMEL**
Hardcover, 39,99€ (D) / 41,20€ (A)
978-3-96584-102-4

TIEGHAN GERARD: **SUPER SIMPLE**
Hardcover, 29,99€ (D) / 30,90€ (A)
978-3-96584-163-5

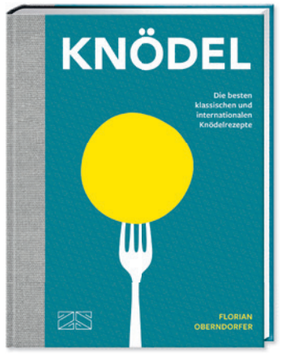
MARTIN KINTRUP, TANJA DUSY: **REIS**
Hardcover, 29,99€ (D) / 30,90€ (A)
978-3-96584-248-9

MARIA GROSS: **MEIN GARTEN, MEINE REZEPTE.** Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-96584-202-1

DIE LANDFRAUEN: **LANDFRAUENKÜCHE (BD. 7).** Hardcover, 19,99€ (D) / 20,60€ (A)
978-3-96584-267-0



DIE LANDFRAUEN: **LAND & LECKER (BD. 6)**
Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-259-5



FLORIAN OBERNDORFER: **KNÖDEL**
Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-96584-170-3

PASCALE NAESSENS: **GUTES ESSEN – GROSSER GENUSS.** Hardcover
24,99€ (D) / 25,70€ (A), 978-3-96584-201-4

DR. MED. SILJA SCHÄFER: **MEIN GRÜNES FAMILIENKOCHBUCH.** Hardcover
24,99€ (D) / 25,70€ (A), 978-3-96584-160-4

Backen

ANDREA STOLZENBERGER: **BACKEN MIT LOVE,** Hardcover, 22,99€ (D) / 23,70€ (A)
978-3-96584-266-3

NICOLE STICH: **WIE DAS DUFTET**
Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-96584-137-6

ANGELIKA SCHWALBER: **PRALINEN**
Hardcover, 24,99€ (D) / 25,70€ (A)
978-3-96584-255-7

BACKLIST — Länderküche

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

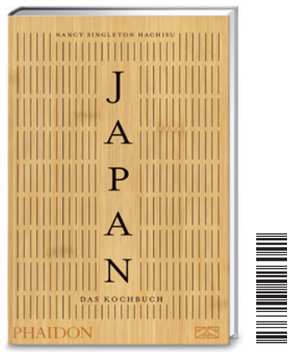
DER SILBERLÖFFEL – DIE ITALIENISCHEN KLASSIKER. Hardcover
39,99€ (D) / 41,20€ (A), 978-3-947426-13-3

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

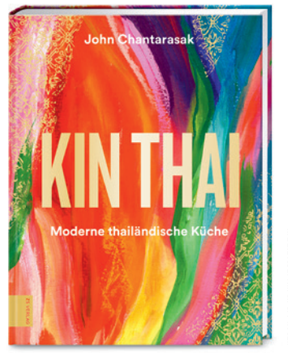
PUSHPESH PANT: **INDIEN – DAS KOCHBUCH**
Hardcover, 45,–€ (D) / 46,30€ (A)
978-3-947426-21-8



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

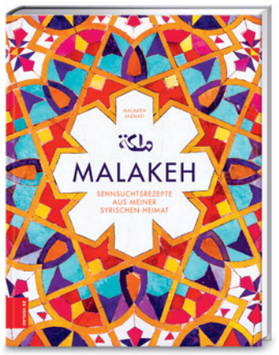
JEAN-PIERRE GABRIEL: **THAILAND – DAS KOCHBUCH.** Hardcover
39,99€ (D) / 41,20€ (A), 978-3-947426-17-1

MUSA DADGDEVIREN: **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 JAFAAR: **LAYALI,** Hardcover
34,–€ (D) / 35,–€ (A), 978-3-96584-250-2



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

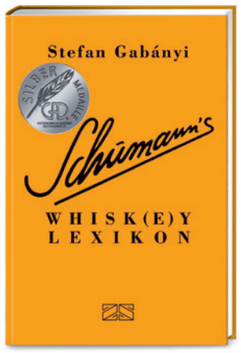
Wein & Getränke

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

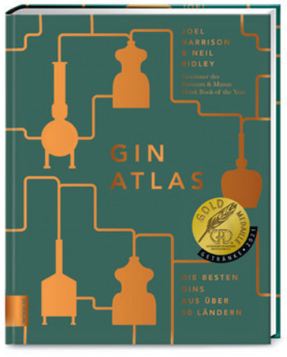
JENS PRIEWE: **WEIN.** Hardcover mit
Schutzumschlag, 34,90€ (D) / 35,90€ (A)
978-3-89883-716-3

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

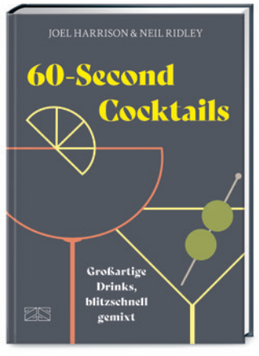


GÜNTER MATTEI, STEFAN GABÁNYI
SCHUMANN'S WHISK(E)YLEXIKON
Hardcover, 39,99€ (D) / 41,20€ (A)
978-3-96584-085-0

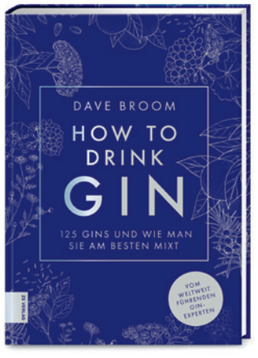
CHARLES SCHUMANN: **SCHUMANN'S BAR**
Hardcover, 38,–€ (D) / 39,10€ (A)
978-3-89883-502-2



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

BACKLIST — Kochen für Kinder

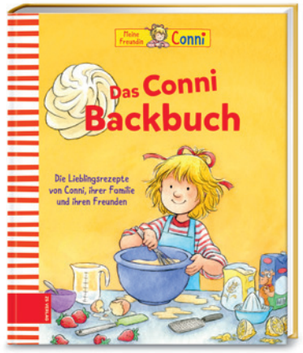
KOCHEN UND BACKEN MIT DER MAUS
Hardcover, 14,99€ (D) / 15,50€ (A)
978-3-89883-651-7

WEIHNACHTEN MIT DER MAUS
Hardcover, 14,99€ (D) / 15,50€ (A)
978-v-96584-154-3

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

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 PETTERSSON UND FINDUS. Hardcover, 14,99€ (D) / 15,50€ (A)
978-3-89883-864-1

ANNABEL KARMEL: **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

EDEL VERLAGSGRUPPE

SCHICKEN SIE IHRE BESTELLUNGEN AN:

E-MAIL: bestellung@zeitfracht.de / FAX: (0711) 78 99 -10 10

ILJA MUELLER-KLUG
GENERAL MANAGER
BOOK SALES

Customer Service // Sie erreichen uns unter buchvertrieb@edel.com oder unter 040 89085 200

CATRIN VON MEER
HEAD OF CUSTOMER SERVICE BOOK SALES

BIRTHE CLAUSSEN
MANAGER CUSTOMER SERVICE BOOK SALES

SILVIA PÄTZ
JUNIOR MANAGER CUSTOMER SERVICE / METADATA

Sales Management

MATTHIAS ZEHNDER
KEY ACCOUNT DIRECTOR

KARIN SCHOLZ
KEY ACCOUNT MANAGER

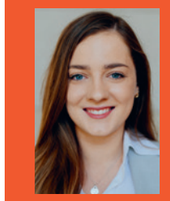
RENÉ VALJEUR
KEY ACCOUNT MANAGER

Digital Sales

ANNE-KATHRIN MÜLLER
HEAD OF DIGITAL SALES/ E-COMMERCE

HANNES GROSSMANN
SALES & MARKETING MANAGER E-COMMERCE

JENS KROLL
JUNIOR SALES & MARKETING MANAGER E-COMMERCE



ANTONIA WESOLOWSKI
JUNIOR DIGITAL MARKETING & SALES MANAGER

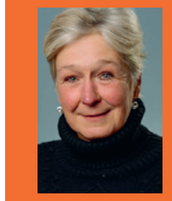
Außendienst Deutschland

JOHANNES MEYER
VERLAGSVERTRETUNGEN
NORDRHEIN-WESTFAHLEN
Fürst-Pückler-Str. 76
50933 Köln
T +49 (0) 22 140 61 232
F +49 (0) 22 140 61 242
E vv-meyer@t-online.de

GÜNTHER PÖLKING-HENKEL
VERLAGSVERTRETUNGEN
BREMEN, HAMBURG, NIEDERSACHSEN SCHLESWIG-HOLSTEIN
Leher Heerstr. 231
28357 Bremen
T +49 (0) 42 141 70 819
F +49 (0) 42 141 70 804
E poelking-henkel@t-online.de

MANFRED ENDRES
VME VERLAGSVERTRETUNGEN
BADEN-WÜRTTEMBERG
Gerbrunner Str. 45
97236 Randersacker
T +49 (0) 93 170 59 922
F +49 (0) 93 170 59 911
E vme.endres@t-online.de

THOMAS BREDERECK
VERLAGSVERTRETUNGEN
HESSEN, RHEINLAND-PFALZ, SAARLAND, LUXEMBURG
Altlußheimer Str. 36
68809 Neulußheim
T +49 (0) 62 052 04 431
F +49 (0) 62 052 04 432
E info@verlagsvertretung-bredereck.de



CORNELIA & STEFAN BEYERLE
VERLAGSVERTRETUNGEN
BAYERN
Riesengebirgstraße 31a
93057 Regensburg
T +49 (0)941 46 70 93 70
F +49 (0)941 46 70 93 71
E buero@beyerle.bayern

Außendienst Österreich/Schweiz

DIETMAR VORDERWINKLER
OBERÖSTERREICH, SALZBURG, TIROL, VORARLBERG, KÄRNTEN, SÜDTIROL
T + 43 (0)664 22 63 000
E dietmar.vorderwinkler@kt-net.at

JOHANNA TRAGLER
BESTELLANNAHME UND KUNDENSERVICE ÖSTERREICH
T +43 (0)664 220 69 20
F +43 (0)01 370 76 83
E buchservice-sv@gmx.at

MARTIN SCHLIEBER
NIEDERÖSTERREICH, WIEN, BURGENLAND, STEIERMARK
T +43 (0)664 212 45 82
E martin.schlieber@aon.at

GIOVANNI RAVASIO
SCHWEIZ
T +41 (0)44 260 61 31
F +41 (0)44 260 61 32
E g.ravasio@bluewin.ch

ZS
DOROTHEE SEELIGER
VERLAGSLEITUNG
ZS Verlag GmbH
Kaiserstraße 14b
80801 München
T (089) 548 2515 118
E info@zsverlag.de
W www.zsverlag.de

Edel Books & Edel Sports
STEFAN WEIKERT
VERLAGSLEITUNG
Edel Germany GmbH
Neumühlen 17
22763 Hamburg
T (040) 8 90 85-268
E info@edelbooks.de
W www.edelbooks.de

Eden Books
JULIA GOMMEL-BAHAROV
PROGRAMMLEITUNG
Edel Germany GmbH
Rosa-Luxemburg-Straße 14
10178 Berlin
T (030) 208 98 01-60
E hallo@edenbooks.de
W www.edenbooks.de

Edel Kids Books
CHRISTINE LEDERER
VERLAGSLEITUNG
Edel Germany GmbH
Kaiserstraße 14 a
80801 München
E edelkidsbooks@edel.com
W www.edelkidsbooks.de

Dr. Oetker Verlag
DOROTHEE SEELIGER
VERLAGSLEITUNG
ZS Verlag GmbH
Kaiserstraße 14 b
80801 München
T (089) 548 2515 115
E kontakt-oetker@zsverlag.de
W www.oetker-verlag.de

falkemedia
KASSIAN A. GOUKASSIAN
GESCHÄFTSFÜHRUNG
falkemedia GmbH & Co. KG
An der Halle 400 Nr. 1
24143 Kiel
T (0431) 200 766 00
E info@falkemedia.de
W www.falkemedia.de

Wort & Bild Verlag
SANDRA DITTRICH
GESCHÄFTSFÜHRUNG
Wort & Bild Verlag
Konradshöhe GmbH & Co. KG
Konradshöhe 1, 82065
Baierbrunn bei München
T (089) 744 33-0
E info@wortundbildverlag.de
W www.wortundbildverlag.de

Junior Medien GmbH & Co. KG
JAN WICKMANN
GESCHÄFTSFÜHRUNG
Junior Medien GmbH & Co. KG
Willy-Brandt-Straße 51
20457 Hamburg
T (040) 357 2919 0
E info@junior-medien.de
W www.junior-medien.de

Olivia Verlag e. K.
MICHAEL ALBRECHT
INHABER
Olivia Verlag e. K.
Frickastraße 14
80639 München
T (089) 230 58 390
E post@olivia-verlag.de
W www.olivia-verlag.de

Distanz
MATTHIAS KLIEFOTH
GESCHÄFTSFÜHRUNG
DISTANZ Verlag GmbH
Hallesches Ufer 78
10963 Berlin
T (030) 24 08 33 200
E info@distanz.de
W www.distanz.de

UNSERE VORSCHAU GIBT ES AUCH BEI **VLB-TIX**

Bunte Entertainment Verlag GmbH
MANUELA KAMPP-WIRTZ
GESCHÄFTSFÜHRUNG
Arabellastraße 23
81925 München
T (089) 92 50-0
F (089) 92 50-26 56
E bunte@burda.com

Edel Verlagsgruppe Auslieferung / Auslandsvertreter

DEUTSCHLAND
AUSLIEFERUNG
ZEITFRACHT GMBH
Industriestraße 23
70565 Stuttgart
T (0711) 78 60 22 54
F (0711) 78 99-10 10
E bestellung@zeitfracht.de
E kundenservice@zeitfracht.de

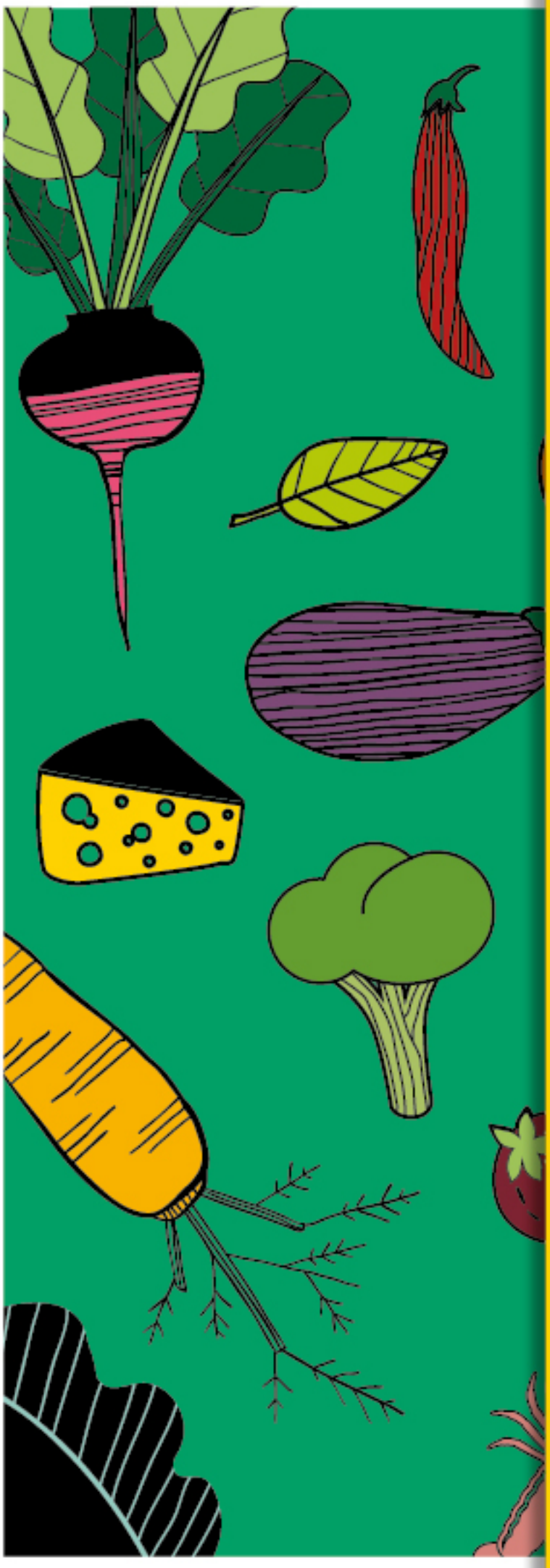
ÖSTERREICH
KUNDENDIENST/ BESTELLSERVICE
BUCHSERVICE SCHLIEBER VORDERWINKLER JOHANNA TRAGLER
T + 43 (0)664 220 69 20
F + 43 (0)01 370 76 83
E buchservice-sv@gmx.at

ÖSTERREICH
AUSLIEFERUNG
MOHR MORAWA BUCHVERTRIEB GMBH
Sulzengasse 2
A-1232 Wien
T + 43 (0) 1 68 01 40
F + 43 (0) 1 689 68 00
+ 43 (0) 1 688 71 30
E bestellung@mohrmorawa.at

SCHWEIZ
AUSLIEFERUNG
BUCHZENTRUM AG
Industriestrasse Ost 10
CH-4614 Hägendorf
T + 41 (0) 6 22 09 25 25
F + 41 (0) 6 22 09 26 27
E kundendienst@buchzentrum.ch

Impressum

Preis- und Programmänderungen vorbehalten. Stand: 16.08.2022

GESAMTGESTALTUNG: GROOTHUIS. Gesellschaft der Ideen und Passionen mbH für Kommunikation und Medien, Marketing und Gestaltung; groothuis.de **DRUCK:** optimal media, Röbel / Müritz **LITHOGRAFIE:** Frische Grafik, Hamburg

Die angegebenen Buchpreise sind die in Deutschland (D) und Österreich € (A) geltenden Europreise.
Die Tonträger-/DVD-Preise sind unverbindliche Preisempfehlungen.