

Jetzt leben!



2015 schlug im NDR die Geburtsstunde einer bisher einzigartigen Fernsehreihe: Seither helfen die Ernährungs-Docs Menschen, die an ihren Gesundheitsproblemen beinahe verzweifeln. Für die erfahrenen Ärzte **Viola Andresen, Jörn Klasen, Matthias Riedl** und **Silja Schäfer** gilt: Essen als Medizin! Sie setzen gezielt auf moderne Ernährungsstrategien, um Symptome deutlich zu verbessern oder Krankheiten sogar zu heilen. Und beweisen in ihrer Hausboot-Praxis, dass durch eine Umstellung der Gewohnheiten oftmals schon innerhalb weniger Wochen erstaunliche Erfolge erzielt werden können.

Wunderwirkstoff und Gesundheits-Booster

Alleskönner Eiweiß: mit der richtigen Ernährung dauerhaft fit, schlank und gesund

Ohne Proteine läuft in unserem Körper gar nichts: Sie bilden die Bausteine für Gewebe und Organe, halten die Knochen stark, transportieren Sauerstoff im Blut, steuern als Hormone und Enzyme unzählige Stoffwechselprozesse und unterstützen als Antikörper das Immunsystem. Sie schützen die Muskeln, fördern im Gehirn die Produktion von „Glückshormonen" und wirken zahlreichen Krankheiten entgegen – damit verschaffen sie uns bis ins hohe Alter viele gesunde Jahre. Nicht zu vergessen: Proteine sind Top-Abnehmhelfer, weil sie den Blutzucker stabilisieren und Heißhunger-Attacken ausbremsen. Allerdings kann unser Körper die Supernährstoffe kaum speichern – umso wichtiger ist eine ausgewogene, proteinreiche Ernährung. In ihrem XL-Kochbuch klären die Ernährungs-Docs auf, welche Lebensmittel besonders proteinreich sind, wie hoch der individuelle Bedarf ist und warum man vor allem auf pflanzliches Eiweiß setzen sollte. Ihre 100 besten Protein-Power-Rezepte sorgen dafür, dass sich die „Eiweißformel" ganz leicht im Alltag umsetzen lässt!

- **Kraftpakete Proteine – fit werden und es langfristig bleiben**
- **Rundum gesund – mit 100 eiweißreichen Gerichten optimal versorgt**
- **Das neue XL-Kochbuch von Deutschlands renommiertesten Ernährungs-Medizinern**



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Silja Schäfer
Die Ernährungs-Docs – So einfach geht gesund essen
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT)
ISBN 978-3-96584-518-3



Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Matthias Riedl
Die Ernährungs-Docs – Unsere große Nährstoffküche
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT)
ISBN 978-3-96584-561-9



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Silja Schäfer
Unsere 100 besten Protein-Power-Rezepte
Alleskönner Eiweiß: mit der richtigen Ernährung dauerhaft fit, schlank und gesund

224 Seiten, Hardcover bebildert
Format 20,2 × 26,0 cm
WG: 1461
28,– € (DE) | 28,80 € (AT)
ISBN 978-3-96584-631-9
ET: 06.05.2026

MAI 2026



Dr. med. Viola Andresen ist Fachärztin für Innere Medizin und leitet das Bauchzentrum am Medizinicum Hamburg. Sie beschäftigt sich mit chronischen Verdauungsbeschwerden, funktionellen Magen-Darm-Erkrankungen sowie Ernährungs- und Palliativmedizin. Viola Andresen hat als Koordinatorin an der Erstellung der Deutschen Experten-Leitlinien für Reizdarmsyndrom und Chronische Obstipation mitgewirkt und engagiert sich in nationalen und internationalen Fachgesellschaften. Das Team der NDR-Ernährungs-Docs verstärkt sie seit Januar 2023.

Her mit den Ballaststoffen!

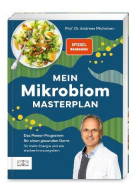
Viele kleine Sattmacher statt Diät: in 4 Wochen gesünder, fitter und schlanker

30 Gramm am Tag: Das ist die Faustformel für Ballaststoffe, die als die neuen Champions unter den Nährstoffen gefeiert werden. Kein Wunder: Die lange unterschätzten „Alleskönner" sorgen für einen gesunden Darm, stärken das Immunsystem, sind als Sattmacher gut für die schlanke Linie und schützen uns vor zahlreichen Zivilisationskrankheiten wie Bluthochdruck oder Diabetes. Die Krux ist: Nur die wenigsten schaffen die empfohlene Menge. Ernährungs-Doc Viola Andresen präsentiert jetzt die Lösung – mit ihrem Masterplan kann jeder vom Ballaststoff-Muffel zum Fan der kleinen Superstars werden. Die bekannte TV-Ärztin erklärt, wie die Quell- und Faserstoffe im Körper wirken, welche Lebensmittel einen besonders hohen Anteil haben und wie man es schafft, Schritt für Schritt mehr Gemüse, Obst und Vollkorn auf den Tisch zu bringen. Denn an eine ballaststoffreiche Ernährung muss sich der Körper langsam gewöhnen. Damit das „Fibermaxxing" ganz leicht gelingt, gibt es über 60 alltagstaugliche Rezepte, Wochenpläne und viele Tipps und Tricks für die gesunde Satt-und-schlank-Küche.

- **Fibermaxxing – Ballaststoffe als der neue Ernährungstrend**
- **30 g am Tag – leicht zu schaffen mit Wochenplänen und alltagstauglichen Rezepten**
- **Top-Expertin – Viola Andresen ist Darmspezialistin und TV-Ernährungs-Doc**



Dr. med. Matthias Riedl
Der Hafer-Masterplan
17,99 € (DE) | 18,50 € (AT)
ISBN 978-3-96584-313-4



Prof. Dr. Andreas Michalsen
Mein Mikrobiom-Masterplan
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-562-6

Teil der Aktion!



Dr. med. Viola Andresen
Mein Ballaststoff-Masterplan
Viele kleine Sattmacher statt Diät: In 4 Wochen gesünder, fitter und schlanker

ca. 128 Seiten, Klappenbroschur
Format 15,5 × 20,8 cm
WG: 1461
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT)
ISBN 978-3-96584-629-6
ET: 01.04.2026

APRIL 2026


© CLAUDIA TIMMANN

Dr. med. Jörn Klasen ist Facharzt für Innere Medizin mit Schwerpunkt Magen-, Darm- und Lebererkrankungen, Ernährungsmediziner sowie Arzt für anthroposophische Medizin und Naturheilverfahren. Über 15 Jahre war er Chefarzt und zehn Jahre stellvertretender ärztlicher Direktor am Asklepios Westklinikum Hamburg. Seit 2015 ist er am Medizinicum Hamburg in eigener Praxis tätig. Jörn Klasen gilt als ausgewiesener Experte für Integrative Medizin, er verbindet die Schulmedizin mit Naturheilkunde, anthroposophischer und tibetanischer Medizin.

Raus aus der Histaminfalle

So kriegen Sie Ihren Histaminüberschuss in den Griff: endlich wieder beschwerdefrei genießen

Ob Bauchschmerzen, Übelkeit, Kopfweh, Juckreiz oder allergieähnliche Reaktionen: ein Zuviel an Histamin im Körper kann den ganzen Organismus aus dem Gleichgewicht bringen. Doch was steckt dahinter, wer ist betroffen – und vor allem: Was hilft? Antworten auf diese Fragen gibt TV-Ernährungs-Doc Jörn Klasen in seinem neuen Buch. Er erklärt, wie Histamin im Körper wirkt und wie es zu einem Überschuss kommen kann. Denn das, was landläufig als Histaminintoleranz bezeichnet wird, ist in Wirklichkeit ein Histaminüberschuss-Syndrom. Auch wenn sie nicht der alleinige Auslöser ist, spielt die Ernährung dabei eine entscheidende Rolle. Sie ist daher auch die wichtigste Stellschraube, an der man drehen kann, um den Histaminspiegel wieder ins Lot zu bringen. In seinem Masterplan zeigt Jörn Klasen, wie man die Beschwerden Schritt für Schritt in den Griff bekommen und endlich wieder unbeschwert genießen kann – mit vielen nützlichen Tipps, einem praktischen 3-Stufen-Programm und über 70 alltagstauglichen Rezepten.

- **Histamin-Unverträglichkeit: über 2 Mio. Betroffene in Deutschland**
- **Der ganzheitliche Guide: die besten Rezepte und Tipps für einen Alltag ohne Beschwerden**
- **Der neue Ratgeber von Bestseller-Autor und TV-Ernährungs-Doc Dr. med. Jörn Klasen**

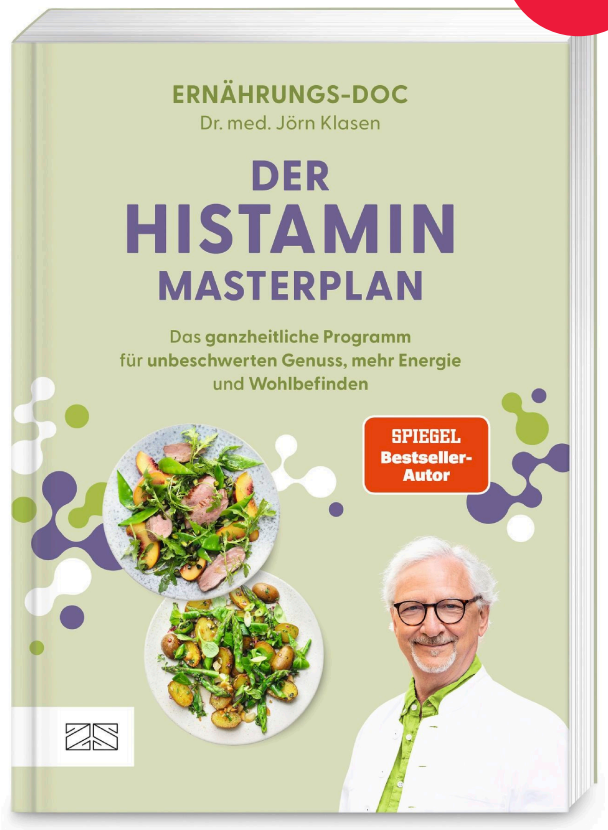


Dr. med. Jörn Klasen
Runter mit dem Bluthochdruck
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-89883-883-2



Dr. med. Jörn Klasen
Tschüss Fettleber
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-213-7

Teil der Aktion!



Dr. med. Jörn Klasen
Der Histamin-Masterplan
Das ganzheitliche Programm für unbeschwerten Genuss, mehr Energie und Wohlbefinden

ca. 176 Seiten, Klappenbroschur
Format 17,5 × 24,3 cm
WG: 1460
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-596-1
ET: 04.03.2026

MÄRZ 2026

AKTION

Gesundheit ist essbar

Die Erfolgsstory unserer
Masterpläne geht weiter ...



MASTERPLÄNE

Aktion gültig bis: 31.03.2026

	KLEIN	GROSS	AUTOR	TITEL	ISBN	PREIS
NOVI	3	5	Andresen, Viola	Der Ballaststoff-Masterplan	9783965846296	18,99
NOVI	3	5	Klasen, Jörn	Der Histamin-Masterplan	9783965845961	24,99
BACKLIST	2	3	Riedl, Matthias	Der Hafer-Masterplan	9783965843134	17,99
BACKLIST	2	3	Riedl, Matthias	Der Glukose-Masterplan	9783965844230	17,99
BACKLIST	2	3	Michalsen, Andreas	Scheinfasten – Mein Masterplan	9783965845107	17,99

NETTOWARENWERT	KLEIN ca. 121 €	GROSS ca. 187 €
BESTELLNUMMER	999457	999458
AUSLIEFERUNGSTERMIN	24.03.2026	

Bitte bestellen Sie bei unseren Verlagsvertretern

KLEINES PAKET
46 % RABATT
60 Tage Valuta
30 Tage Ziel
12 Monate RR

GROSSES PAKET
47,5 % RABATT
60 Tage Valuta
30 Tage Ziel
12 Monate RR



© UKSH

Prof. Dr. Maggie Banys-Paluchowski ist stellvertretende Direktorin der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe und Leiterin des Zentrums für familiären Brust- und Eierstockkrebs (FBREK) sowie des Brustkrebszentrums am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Campus Lübeck. Zudem ist sie die Erste Stellvertretende Vorsitzende der Arbeitsgemeinschaft für ästhetische, plastische und wiederherstellende Operationsverfahren in der Gynäkologie e.V. (AWOgyn).

Dank Expertenwissen zur besten Brustkrebstherapie

Hilfreicher Begleiter in einer herausfordernden Zeit



Mit zuletzt rund 75.000 Neuerkrankungen jährlich ist Brustkrebs die mit Abstand häufigste Krebserkrankung bei Frauen. Nach der Diagnose prasseln besonders am Anfang viele Informationen auf die Patientinnen ein, die es zunächst zu verstehen und zu sortieren, vielleicht aber auch zu hinterfragen gilt. Das Buch führt neutral und unvoreingenommen durch den Dschungel der zu treffenden Entscheidungen. Darüber hinaus bietet es auch auf emotionaler Ebene Hilfe und Unterstützung, denn gerade eine Brustkrebsdiagnose ist häufig mit vielen Ängsten verbunden. Ein wertvoller Begleiter in einer schweren Zeit!

- **Große Zielgruppe: die häufigste Krebsdiagnose bei Frauen in Deutschland**
- **Kompakt: Alles, was Frauen wissen müssen, um die beste Therapie zu bekommen**
- **Topaktuell: mit den neuesten Erkenntnissen aus der Brustkrebsforschung**

Prof. Dr. Maggie Banys-Paluchowski
Diagnose Brustkrebs – Was tun?
Alles, was Sie jetzt wissen müssen

MÄRZ 2026

ca. 160 Seiten,
Klappenbroschur
Format 15,5 × 20,8 cm
WG: 1460
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT)
ISBN 978-3-96584-605-0
ET: 04.03.2026

Unterstützung und Zuversicht für Krebspatienten

Alles, was man(n) nach der Diagnose wissen muss!



Jährlich erkranken mehr als 65.000 Männer in Deutschland an Prostatakrebs. Für die meisten Betroffenen ist die Diagnose zunächst ein Schock – und mit vielen Ängsten verbunden. Dr. Jan-Niclas Mumm und Dr. Severin Rodler – zwei ausgewiesene Experten auf dem Forschungsgebiet des Prostatakarzinoms und Entwickler der Uroletics-App – bieten fundierte und leicht verständliche Informationen rund um die Diagnose, moderne Therapieverfahren und die neuesten Forschungserkenntnisse. Dieses Wissen gibt Sicherheit und hilft dabei, die notwendigen Entscheidungen zu treffen und aktiv mit der Krankheit umzugehen. Ein unverzichtbarer Begleiter für alle, die verlässliche Orientierung und kompetenten Rat suchen!

- **Große Zielgruppe: die häufigste Krebserkrankung bei Männern in Deutschland**
- **Die Autoren sind spezialisiert auf den Forschungsbereich Prostatakarzinom**
- **Der erste Ratgeber von den Entwicklern der Uroletics-App**

Dr. med. Jan-Niclas Mumm, Dr. med. Severin Rodler
Prostatakrebs – Ihr Wegweiser zur richtigen Behandlung
Alles, was Sie jetzt wissen müssen

ca. 160 Seiten,
Klappenbroschur
Format 15,5 × 20,8 cm
WG: 1460
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT)
ISBN 978-3-96584-621-0
ET: 03.06.2026

JUNI 2026



© PRIVAT

Dr. med. Jan-Niclas Mumm ist Facharzt für Urologie und Serial Entrepreneur. Während seiner Facharztausbildung an der LMU München habilitierte er sich im Jahr 2021. Viele Jahre war er am Universitätsklinikum der LMU klinisch tätig und setzte sich intensiv mit der Weiterentwicklung moderner Vorsorge- und Therapiekonzepte auseinander. Parallel gründete er mehrere digitalmedizinische Start-ups mit dem Ziel, die Versorgung im Gesundheitswesen grundlegend zu verbessern.

Dr. med. Severin Rodler ist geschäftsführender Oberarzt am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein. Mit 28 Jahren wurde er einer der jüngsten Privatdozenten Deutschlands und ist ausgewiesener Spezialist für die Behandlung des Prostatakarzinoms. Er arbeitet und forscht im Bereich innovativer Behandlungsformen in der Urologie. International anerkannt als Spitzenforscher ist er innerhalb der europäischen Fachgesellschaft Teil der Young Academic Urologist Group für Urotechnologie.



Michael Roth, Uli Roth, Udo Ludwig
Hurra, dass wir noch leben!
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-070-6



© SEBASTIAN KNOTH

Dr. 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 Revierdoc ist Matthias Manke gern gesehener Gast im TV und bei Patientenveranstaltungen. Seine Stärke ist es, komplizierte medizinische Sachverhalte leicht verständlich und humorvoll zu vermitteln.



© SEBASTIAN KNOTH

Dr. Patrick Julius ist Orthopäde mit eigener Praxis in Rheine/Westfalen. Nach seinem Studium der Humanmedizin in Bochum hat er in Norwegen eine Ausbildung zum Facharzt für orthopädische Chirurgie mit Nebenausbildung in Handchirurgie, Plastischer Chirurgie und Neurochirurgie absolviert. Er ist begeisterter Läufer und Endurance-Rennradfahrer. Seine langjährige Tätigkeit als Dozent und medizinischer TV-Experte verbindet ihn mit seinem Freund und Kollegen Matthias Manke.

Zwei Ärzte sprechen Klartext

„Verklebte Faszien?! Alles Unsinn“

Ultimative Schmerzlinderung? Schnelle Heilung? Faszienrollen & Co. versprechen viel – und halten wenig! Die Orthopäden Dr. Matthias Manke und Dr. Patrick Julius haben genug vom Faszienhype und mehr noch von stylischem Equipment, das den Patienten nur das Geld aus der Tasche zieht – und im schlimmsten Fall sogar mehr schadet als nutzt! In ihrem neuen Buch decken die beiden „Medizinmänner“ auf, warum die trendigen Faszientools völlig sinnlos sind, und sie verraten das wahre Geheimnis eines schmerzfreien Körpers: 30 alltagstaugliche Übungen, die nachhaltig helfen, damit Verspannungen und andere Beschwerden keine Chance haben. Tschüss Placebo-Effekt – hallo echte Wirkung!

- **Entzauberung eines Hypes: warum Faszientraining nicht nachhaltig wirkt**
- **Konkurrenzlos: das erste Buch, das den Faszientrend kritisch hinterfragt**
- **Geballte Autorenkompetenz von Revierdoc Matthias Manke und Dr. Patrick Julius**



Dr. med. Matthias Manke
Wenn der Orthopäde Rücken hat
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT)
ISBN 978-3-96584-093-5



Dr. med. Matthias Manke, Dr. med. Patrick Julius
Die Faszien-Lüge
Die Wahrheit hinter dem Hype – und was bei Schmerzen wirklich hilft

ca. 176 Seiten, Klappenbroschur
Format 17,5 × 24,3 cm
WG: 1460
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-613-5
ET: 04.02.2026

FEBRUAR 2026

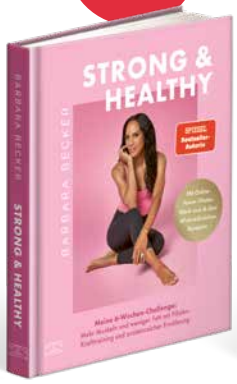
B.

BESTSELLER

Gesunder Genuss für 40 plus

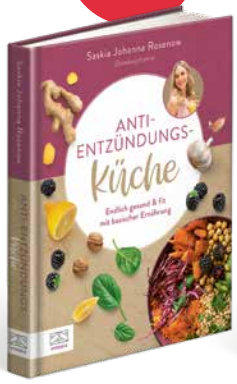
Große Themen – große Zielgruppe – großer Umsatz

Über 16.000 verk. Expl.



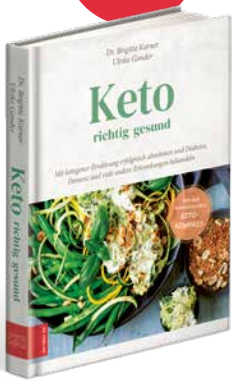
Strong & Healthy
978-3-96584-504-6

Über 25.000 verk. Expl.



Anti-Entzündungs-Küche
978-3-96584-326-4

Über 16.000 verk. Expl.



Keto – Richtig gesund
978-3-96584-004-1

Über 20.000 verk. Expl.



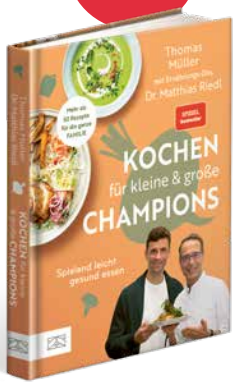
Drink the Rainbow
978-3-96584-410-0

Über 26.000 verk. Expl.



Meine wunderbare Basenküche
978-3-96584-184-0

Über 20.000 verk. Expl.



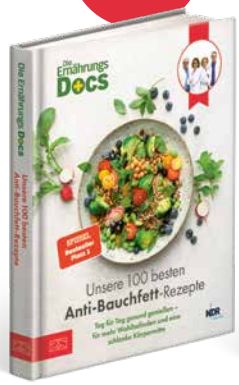
Kochen für kleine und große Champions
978-3-96584-359-2

Über 50.000 verk. Expl.



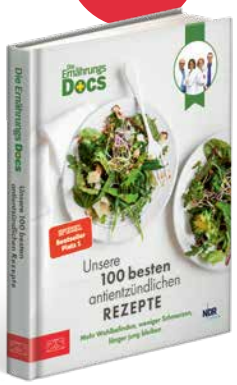
So einfach geht gesund essen
978-3-96584-518-3

Über 32.000 verk. Expl.



Unsere 100 besten Anti-Bauchfett-Rezepte
978-3-96584-511-4

Über 70.000 verk. Expl.



Unsere 100 besten antientzündlichen Rezepte
978-3-96584-419-3



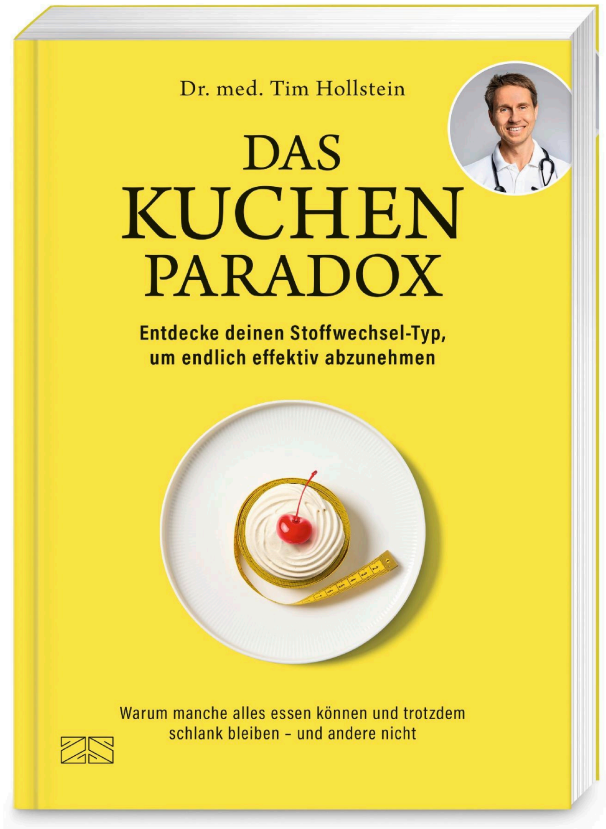
Privatdozent **Dr. med. Tim Hollstein** ist leidenschaftlicher Arzt, Stoffwechselforscher und arbeitet als Oberarzt im Bereich Endokrinologie und Leiter der Ernährungsmedizin am Universitätsklinikum in Kiel. Sein Forschungsbereich führte ihn von der Berliner Charité bis in die Stoffwechselforschung an die renommierten National Institutes of Health (NIH) nach Phoenix, Arizona. Dort war er maßgeblich an der Entdeckung der unterschiedlichen Stoffwechseltypen beteiligt. Sein Ziel ist es, komplexe Wissenschaft aus dem Labor zu den Menschen zu bringen.

Stoffwechsel boosten statt Kalorien zählen

Entdecke deinen Stoffwechsel-Typ, um endlich effektiv abzunehmen

Warum können manche Menschen scheinbar alles essen, während andere schon beim Anblick eines Kuchens zunehmen? Das Geheimnis liegt im unterschiedlichen Stoffwechsel: Während der eine Körper darauf getrimmt ist, Energie zu sparen und zu speichern, „verbrennt" der andere überschüssige Energie einfach direkt wieder. Die gute Nachricht ist: Wir sind unserem Stoffwechsel nicht hilflos ausgeliefert! Wer die richtigen Strategien kennt, kann seinen inneren Ofen gezielt anwerfen und in Richtung „Verschwendung" trainieren. Das Erfolgsrezept dafür: braunes Fett. Dr. med. Tim Hollstein, Ernährungsmediziner und Stoffwechselexperte, erklärt auf leicht verständliche Art, warum so viele Menschen mit ihrem Gewicht zu kämpfen haben und verrät, wie man seinen Stoffwechsel jeden Tag ein bisschen mehr in Schwung bringt – durch eine proteinreiche, ballaststoffhaltige Ernährung, Kälteanwendungen, Intervallfasten und andere kleine Routinen, die nicht viel Überwindung kosten und schnell zur Gewohnheit werden.

- **Volkskrankheit Adipositas: Jeder fünfte Erwachsene in Deutschland ist betroffen**
- **Ein völlig neues Erfolgskonzept: Abnehmen mit braunem Fett als Kalorienkiller**
- **Brandaktuell und fundiert: Dr. med. Tim Hollstein ist Top-Experte auf dem Gebiet der Stoffwechselforschung**



Dr. med. Tim Hollstein
Das Kuchen-Paradox
Warum manche alles essen können und trotzdem schlank bleiben – und andere nicht

ca. 176 Seiten, Klappenbroschur
Format 17,5 × 24,3 cm
WG: 1460
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-597-8
ET: 04.03.2026

MÄRZ 2026

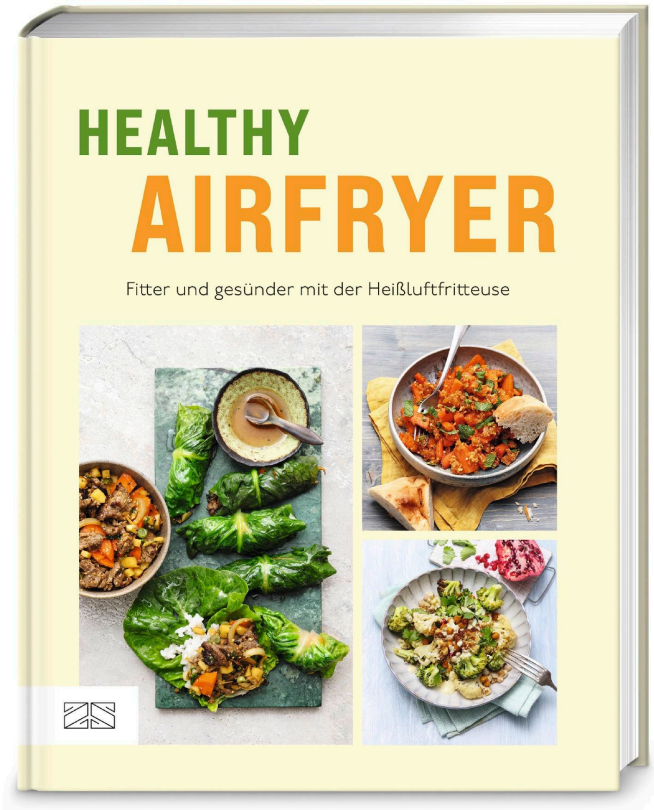
Fitter und gesünder

mit der Heißluftfritteuse

Jeden Tag gesund zu kochen, kann sich ziemlich herausfordernd anfühlen. Aber eine ausgewogene Ernährung muss nicht aufwendig sein. Schon gar nicht, wenn man einen Airfryer besitzt. Dieses Buch erklärt anschaulich, was gesunde Ernährung überhaupt bedeutet, wie man seinen Bedarf an Proteinen, Fett und Kohlenhydraten optimal deckt und wie der Airfryer dabei helfen kann. Seine Fähigkeit Speisen in kürzester mit wenig Fett zuzubereiten, schont Nährstoffe und spart Kalorien. Dadurch wird er zum perfekten Begeiter für alle, die sich bewusst ernähren wollen. Egal ob schnelle Feierabendküche, Snacks für zwischendurch, ein geselliges Abendessen oder auch mal etwas Süßes – die 60 Airfryer-Rezepte in diesem Buch zeigen, dass gesunde und leckere Ernährung in jeden Alltag passt!

- **Der Airfryer-Trend hält an: 2024 hat jeder 20. Haushalt eine Heißluftfritteuse**
- **Ausgewogene und gesunde Rezepte**
- **Mit kurzem, informativem Theorieteil, der verständlich erklärt, was der Körper wirklich braucht**





ZS-Team
Healthy Airfryer
Fitter und gesünder mit der Heißluftfritteuse

160 Seiten, Hardcover
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1456
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-617-3
ET: 04.03.2026

MÄRZ 2026



© MAARALA HAMILTON

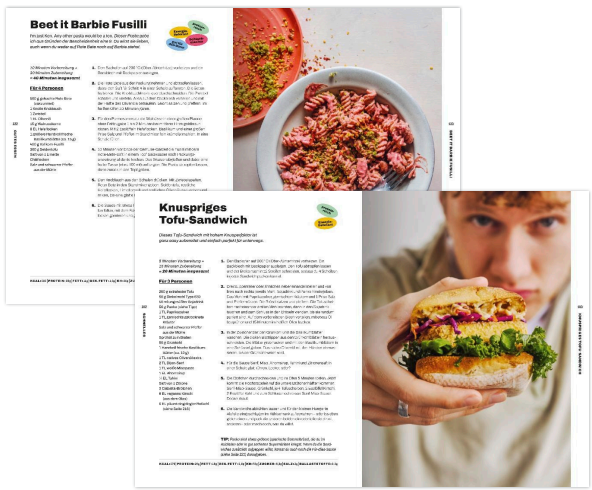
Calum Harris ist Hobbykoch, der seiner großen Instagram-Community seit 2019 auf sympathische Art die vegane Küche näherbringt. Seine Rezepte sind easy, zugänglich und immer lecker! Er will zeigen, wie einfach es sein kann, köstliche Mahlzeiten zuzubereiten, die ganz nebenbei auch noch vegan sind.

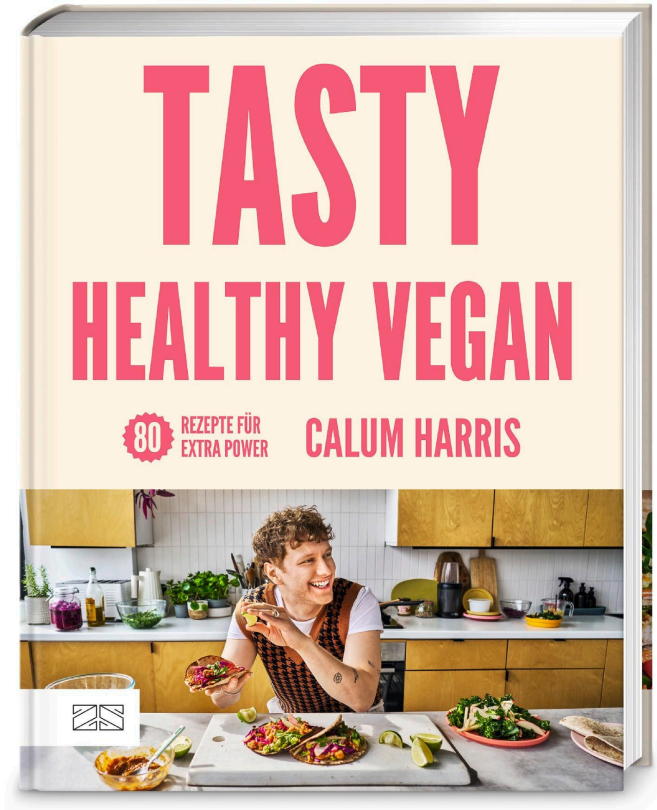
Der neue Stern der veganen Küche

Lecker, gesund und auch noch vegan

Dieses Buch steckt voller veganer Lieblingsrezepte. Egal ob Brunch, schnelles Mittagessen, Meal Prep, gutes Abendessen oder Dessert – Calum Harris zeigt, dass lecker und ausgewogen kochen ganz einfach sein kann. Mithilfe einer Ernährungsberaterin beantwortet er brennende Fragen zum Thema gesunde vegane Ernährung und macht genaue Angaben zu Nährstoffen und Kalorien. Jedes Gericht hat mindestens einen von vier extra „Boosts", sodass es nicht nur schmeckt, sondern auch guttut. Icons zeigen, ob das Rezept *gut für den Darm*, *proteinreich*, ein *Energielieferant* oder *Schlankmacher* ist. Wer sich gesund und pflanzenbasiert ernähren will, muss nicht auf Genuss verzichten. Das beweisen die 80 Rezepte in diesem Buch.

- **Einfach und lecker: 80 vegane Rezepte für jeden Tag**
- **Charismatischer Autor mit großer Reichweite auf Instagram und TikTok**
- **Wirklich gesund: genaue Angaben zu Nährstoffen und Zusatzinformationen von einer Ernährungsberaterin**





Calum Harris
Tasty Healthy Vegan
80 Rezepte für extra Power
Aus dem Englischen von Lisa Heilig

240 Seiten, Hardcover
Format 19,4 × 25,1 cm
WG: 1455
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-620-3
ET: 01.04.2026

APRIL 2026

THEMA

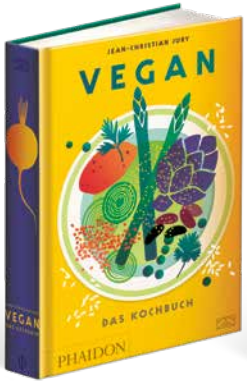
Vegan kann so appetitlich sein

Vielfältige Inspiration für
eine stark wachsende Zielgruppe

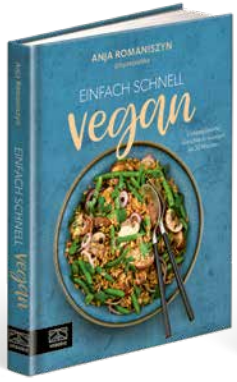
+ KREATIV & VIELSEITIG
Begeisternde Rezepte für
eine gesunde Ernährung

+ NACHHALTIG & ACHTSAM
Ernährung, die Natur und
Leben schützt

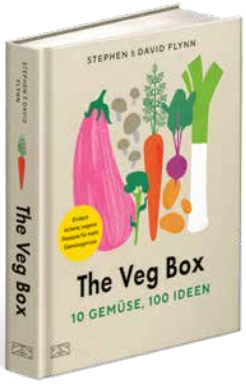
+ MODERN & ZUKUNFTSORIENTIERT
Bereits 15 % der deutschsprachigen
Bevölkerung ernährt sich fleischlos



Vegan – Das Kochbuch
978-3-947426-15-7



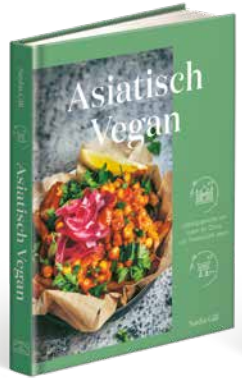
Einfach schnell vegan
978-3-96584-287-8



The Veg Box
978-3-96584-312-7



Vegan Queens
978-3-96584-295-3



Asiatisch vegan
978-3-96584-314-1



30-Tage-Vegan-Challenge
978-3-96584-404-9


© CHARLOTTE BLANO

Letitia Clark ist Food-Autorin, Illustratorin und Köchin. Sie arbeitete in einigen der besten Restaurants Londons, darunter *Spring*, *Morito* und *The Dock Kitchen*. Heute lebt sie auf Sardinien, wo sie schreibt, kocht, Kurse und Workshops gibt sowie Bücher illustriert. Sie ist die Autorin der auch auf Deutsch erfolgreichen Kochbücher *Isola Sarda*, *La Vita è Dolce* und *Wilde Feigen & Fenchel*.

Sommer, Sonne und Zitronen

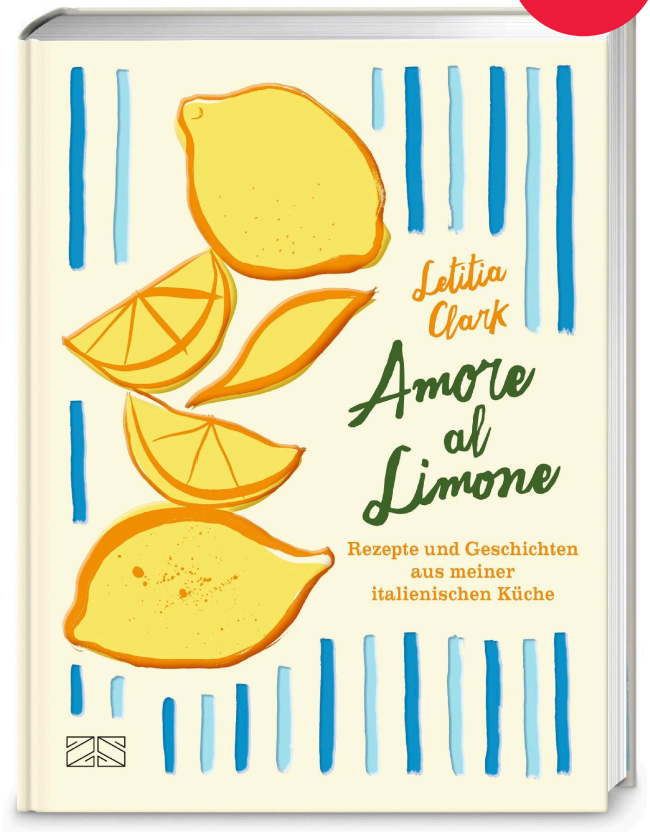
Das Aroma Italiens in 75 Rezepten

In diesem großartig bebilderten Kochbuch stellt Erfolgsautorin Letitia Clark 75 mediterrane Rezepte rund um die Zitrone vor, inspiriert von ihrer Wahlheimat Italien. Dabei reichen ihre Ideen von salzigen Hauptgerichten zu in Zitronenblättern gegarten Beilagen, von Drinks zu Desserts und von eingelegten Zitronen zu Dips und Dressings mit saurem Kick. Ob Zitronen-Zucchini-Carbonara, Hähnchen vom Zitronenblatt, Zitronen-Tiramisu, Espresso mit Zitrone oder zitroniges Tahini-Dressing: Letitia Clarks Kreationen überzeugen alle. Neben den vielfältigen Rezepten gibt sie außerdem wertvolle Tipps, wie Zitronen im Haushalt helfen können und erzählt unterhaltsame Anekdoten aus ihrem Leben sowie zur Geschichte und Bedeutung des gelben Goldes in Italien. So ist *Amore al Limone* Kochbuch, Urlaubslektüre und ein klein wenig Reiseführer zugleich.

- **Zitronen sind im Trend: ob als Lemon Posset, Stimmungs-Boost oder in Pasta**
- **Ideales Geschenk – hochwertige Optik mit Illustrationen, Fotos und 2-fach-Prägung**
- **Das neue Buch der Bestseller-Autorin (*Isola Sarda* über 10 Tsd. verkaufte Exemplare)**



Teil der Aktion!



Letitia Clark
Amore al Limone
Rezepte und Geschichten aus meiner italienischen Küche
Aus dem Englischen von Katrin Höller

ca. 256 Seiten, Hardcover
Format 19,5 × 25,3 cm
WG: 1450
34,– € (DE) | 35,– € (AT)
ISBN 978-3-96584-595-4
ET: 01.04.2026

APRIL 2026



© MICHAEL WISSING

Prisca Rüegg wuchs in Kriens bei Luzern auf. Während eines Ferienaufenthaltes sammelte sie erste Eindrücke von Thailand und war sofort begeistert von dem Land, den Menschen und der unvergleichlichen Küche. Seit Dezember 2000 lebt sie mit ihrem Mann in der Nähe von Pattaya und leitet das *Baan Saen Yindee Ressort.* Sie liebt es, auf thailändischen Märkten Produkte zu entdecken, die sie zusammen mit Toy in der Küche verarbeitet. So wurde sie zur profunden Kennerin der Thaiküche.



© MICHAEL WISSING

Phassaporn Mankongthanachock verbrachte ihre Kindheit in der Provinz Suphanburi. Schon früh lernte sie von ihrer Mutter die Grundlagen der traditionellen Thaiküche. Mit 19 Jahren ging sie in den Nordosten und lernte die Küche des Isan kennen. Nach ihrer Rückkehr in die Zentralebene arbeitete sie als Köchin in einem Hotel in Nakhon Sawan. Nach Stationen in Pattaya und Phuket arbeitet sie seit 2002 im *Baan Saen Yindee Ressort.*

Echt Thailand!

Das neue Standardwerk zur thailändischen Küche

Tauchen Sie tief ein in die authentische Thaiküche und erfahren Sie alles über die Elemente, die sie so einzigartig und aromatisch machen: Reis, Lotos, Umami, Palmzucker und Zuckerrohr – jeder dieser Zutatengruppen ist ein großes Kapitel gewidmet, mit herzhaften und süßen Rezepten aus der Küche von Prisca Rüegg und Phassaporn Mankongthanachock sowie spannenden Texten zu den Zutaten, ihrer Bedeutung in der Tradition und ihrer Verwendung. Holen Sie sich Thailand nach Hause: Die Rezepte sind detailliert erklärt, praktische Tipps rund um die Zutaten, die Zubereitung sowie zahlreiche Varianten sorgen dafür, dass alle Gerichte einfach nachzukochen sind und auch in der heimischen Küche gelingen.
Mehrere Jahre leidenschaftliches Kochen und Recherchieren in Thailand sowie die brillanten Food- und Reisefotos von Michael Wissing machen dieses außergewöhnliche Kochbuch zum Genuss für alle Sinne.

- **Trendland Thailand: über 100 authentische Rezepte und einzigartige Impressionen**
- **Genuss für alle Sinne: außergewöhnliche Food- und Reisefotografie**
- **Hochwertige Ausstattung: Farbschnitt, Lesebändchen und Goldfolienprägung**



Teil der Aktion!



Prisca Rüegg, Phassaporn Mankongthanachock
Willkommen in Thailand
Die Seele der thailändischen Küche

304 Seiten, Hardcover bebildert
Format 20,2 × 26,0 cm
WG: 1454
39,– € (DE) | 40,10 € (AT)
ISBN 978-3-96584-606-7
ET: 06.05.2026

MAI 2026



© MAIA KOEHLER

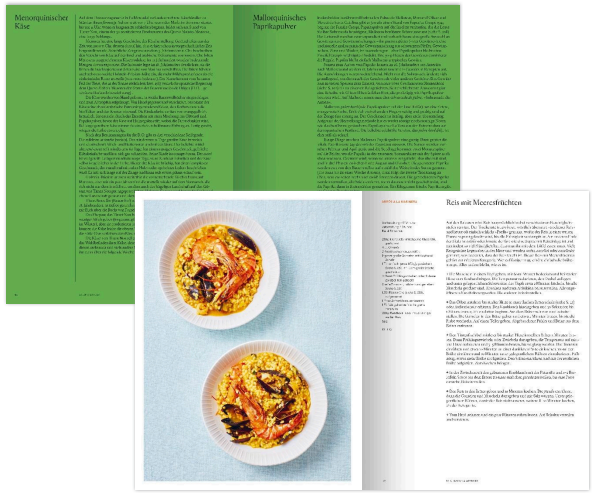
Jeff Koehler ist weit gereister amerikanischer Koch und Autor, der meist über Kunst, Kultur und Essen schreibt. Von ihm erschienen Titel wie *The North African Cookbook* (2023) und *Spain: Recipes and Traditions* (2021). Für seine Werke hat er mehrere Preise erhalten, darunter den *James Beard Award*, zwei *International Association of Culinary Professionals Awards* und zwei Mal den *Gourmand World Cookbook Award* in der Kategorie „*Best in the World*". Er lebt in Barcelona und auf Menorca.

So kocht man auf den Lieblings-inseln der Deutschen

Sonnig, authentisch, mediterran

Dieses Kochbuch ist wie ein kulinarischer Kurzurlaub am Mittelmeer. Der renommierte Food-Autor Jeff Koehler präsentiert anschaulich die vielfältige und einzigartige Küche der Balearen in über 150 traditionellen Rezepten für zu Hause. Sie reichen von gefüllten Auberginen und Fisch in Salzkruste über Schweinelende mit Wildpilzen bis zu gebackenen Feigen und Mandelkeksen und verwenden vertraut-mediterrane Zutaten wie Olivenöl, Knoblauch und fangfrischen Fisch. Die umfassende Sammlung gewährt einen authentischen Einblick in die reichhaltige Kultur, Geschichte und Landschaft von Spaniens vier Mittelmeerinseln Mallorca, Menorca, Ibiza und Formentera, die zu den beliebtesten Urlaubszielen der Deutschen zählen. In jedem Kapitel finden sich zudem kurze Essays, die Aromen und Zutaten vorstellen, die für einzelne Inseln charakteristisch sind oder alle verbinden.

- **Die spanischen mediterranen Inseln gehören zu den beliebtesten Urlaubszielen der Deutschen**
- **Hochwertige Sammlung von 155 authentischen Rezepten mit Cover-Prägung**
- **Die Fortsetzung der erfolgreichen Phaidon-Länderküchen-Reihe**



Teil der Aktion!



Jeff Koehler
Das Balearen-Kochbuch
Mallorca, Menorca, Ibiza, Formentera
Aus dem Englischen von Wolfgang Beuchelt und Brigitte Rüßmann

ca. 352 Seiten, Hardcover
Format 21,0 × 27,5 cm
WG: 1454
39,– € (DE) | 40,10 € (AT)
ISBN 978-3-947426-31-7
ET: 01.04.2026

APRIL 2026

A.

AKTION

Genussreisen für den Gaumen

Authentischer geht's nicht –
So schmeckt die Welt zu Hause



+ Mit dem großen Paket erhalten Sie
einen hochwertigen Deko-Paravent

LÄNDERKÜCHE

Aktion gültig bis: 31.03.2026

	KLEIN	GROSS	AUTOR	TITEL	ISBN	PREIS
NOVITÄTEN	1	2	Clark, Letitia	Amore al Limone	9783965845954	34,00
	1	2	Rüegg, Prisca	Willkommen in Thailand	9783965846067	39,00
	1	2	Koehler, Jeff	Das Balearen Kochbuch	9783947426317	39,00
	1	2	Phaidon	Der Silberlöffel – Pasta	9783947426300	34,00
BACKLIST	1	1	Phaidon	Der Silberlöffel	9783947426102	50,00
	1	1	Scott, Su	Zu Tisch in Korea	9783965843424	29,90
		1	Phaidon	Griechenland – Das Kochbuch	9783947426195	39,99
		1	Jazmati, Malakeh	Malakeh	9783898836562	34,00
	1	1		Deko-Paravent		gratis

NETTOWARENWERT	KLEIN ca. 114 €	GROSS ca. 203 €
BESTELLNUMMER	999455	999456
AUSLIEFERUNGSTERMIN	24.04.2026	

Bitte bestellen Sie bei unseren Verlagsvertretern

+ Extra Deko-Paravent
für ihren POS*



KLEINES PAKET
46 % RABATT
60 Tage Valuta
30 Tage Ziel
12 Monate RR

GROSSES PAKET
47,5 % RABATT
60 Tage Valuta
30 Tage Ziel
12 Monate RR

*solange der Vorrat reicht



© KERT WANG

Stephanie Feher ist eine australische Hobbyköchin, Rezeptentwicklerin, Dinnerparty-Enthusiastin und Content Creatorin. Über ihren Account *Lucky Dragon Supper Club* und ihr gleichnamiges Debüt-Kochbuch hat sie sich auf Social Media eine breite Fangemeinde aufgebaut. Mit ihrer Marke schafft sie unvergessliche kulinarische Erlebnisse und gibt tolle Tipps, wie man atmosphärisch hostet.

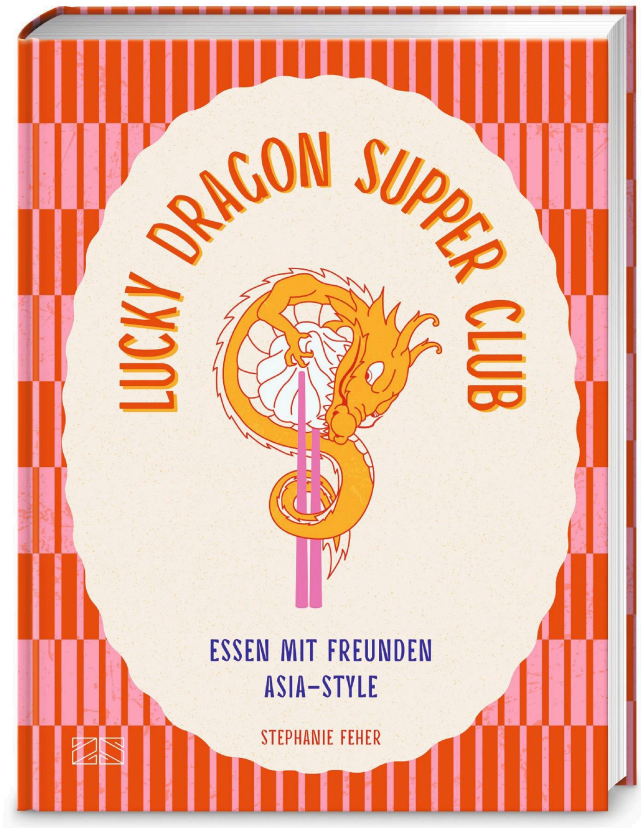
Asiaküche trifft Dinnerparty

2 Trends – 1 Buch – 88 Rezepte

Willkommen im *Lucky Dragon Supper Club*, dem kulinarischen Zuhause und gleichnamigen Debüt-Kochbuch von Stephanie Feher. Die australische Hobbyköchin mit chinesisch-ungarischen Wurzeln zählt zu den angesagtesten Influencerinnen der internationalen Foodie-Szene, liebt und lebt Gastfreundschaft und verrät in diesem Toolkit für Dinnerpartys ihre 88 liebsten Rezepte, Menüs und Hosting-Tipps. Das modern gestaltete Kochbuch bietet asiatisch inspirierte Drinks, Häppchen, Hauptgerichte und Desserts, Seafood, Fleisch und Vegetarisches. Neben beliebten Klassikern (Frühlingsrollen, Teigtaschen, Gebratene Nudeln) und trendigen Neu-Kreationen (Wantan-Tostadas, Kartoffel-Mochi, Dattelkuchen mit Miso-Karamell-Sauce) bietet Feher auch Tipps für die richtige Wohlfühl-Atmosphäre und eine stressfreie Vorbereitung. Ein Buch für Dinner mit Freunden, Supper Clubs, romantische Dates oder Asia-Take-Out-Feeling.

- **Zwei anhaltende Trends toll kombiniert: asiatische Küche + Dinnerpartys zu Hause**
- **88 Rezepte, fertige Menüvorschläge, unendlich viele Kombinationsmöglichkeiten**
- **Authentische und innovative asiatische Gerichte, modern in Szene gesetzt**





Stephanie Feher
Lucky Dragon Supper Club
Essen mit Freunden Asia-Style
Aus dem Englischen von Wiebke Krabbe

216 Seiten, Hardcover
Format 18,0 × 24,0 cm
WG: 1454
27,90 € (DE) | 28,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-632-6
ET: 06.05.2026

MAI 2026

Das Pasta-ABC

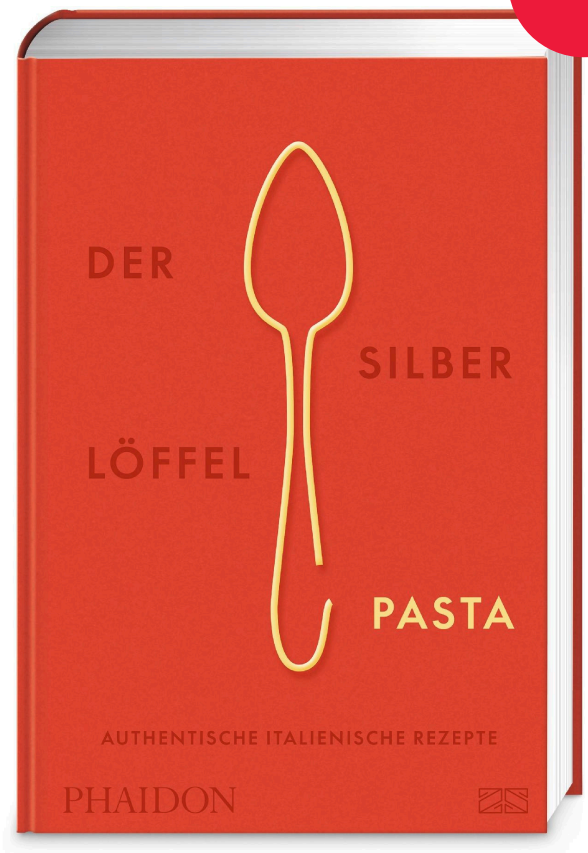
Von Anolini bis Zite

Dieses Buch ist der ultimative Guide zu italienischer Pasta. Nach Nudelsorten sortiert, präsentiert es die besten Rezepte aus der berühmten SILBERLÖFFEL-Küche, seit über 70 Jahren die beliebteste Kochbuchreihe Italiens, in einem neuen, modernen Layout. Unterteilt in vier Kapitel – lange, kurze, geschnittene und gefüllte Pasta – werden über 40 Nudelsorten porträtiert. Außerdem erklären einfache Anleitungen, wie man frische Pasta selbst herstellt. Von Klassikern wie Spaghetti Carbonara und Penne Arrabbiata bis hin zu etwas ambitionierteren Gerichten wie hausgemachten Ravioli oder einer Meeresfrüchte-Lasagne, feiert dieses Buch mit über 300 authentischen Rezepten die Liebe zur Nudel.

- **Relaunch des Klassikers in neuem, modernem Design**
- **Umfangreiches Grundwissen über Nudelsorten, Herstellung und Zubereitung**
- **"Der Silberlöffel" und seine Spin-offs zählen seit Jahrzehnten zu den erfolgreichsten italienischen Kochbüchern auf dem Markt**



Teil der Aktion!



Phaidon
Der Silberlöffel – Pasta
Aus dem Englischen von Ronit Jariv, Kathrin Jurgenowski und Wiebke Krabbe

ca. 288 Seiten, Hardcover
Format 21,0 × 26,5 cm
WG: 1453
34,– € (DE) | 35,– € (AT)
ISBN 978-3-947426-30-0
ET: 01.04.2026

APRIL 2026

„Hier und heute“ läuft seit vielen Jahren täglich wochentags im WDR-Fernsehen. Das Nachmittagsmagazin ist einer der beliebtesten Sendetitel im deutschen Fernsehen und zeigt das pralle Leben aus allen Teilen Nordrhein-Westfalens, von A wie Arbeit bis Z wie Zukunft. Für das leibliche Wohl ist auch gesorgt: Regional und saisonal kochen und backen mit Leidenschaft, das ist die Devise bei „Hier und heute“ – mit den Rezepten der WDR-Köchen Olaf Baumeister, Julia Floß, Julia Komp, Lars Middendorf, Fabian Timmer und Alexander Wulf. Die Texte zu den Köchen und den Saisonzutaten im Buch stammen von Katja Hütte.

Jeden Tag einfach gut kochen

mit dem „Hier und heute“-Kochbuch

Bei den „Hier und heute“-Köchen Olaf Baumeister, Julia Floß, Julia Komp, Lars Middendorf, Fabian Timmer und Alexander Wulf kommt das Beste auf den Tisch, was jede Jahreszeit zu bieten hat. Seit vielen Jahren begeistert das beliebte Nachmittagsmagazin im WDR-Fernsehen täglich montags bis freitags Zuschauer in ganz Deutschland.
Im 1. Kochbuch zur Sendung finden Sie die beliebtesten Rezepte fürs ganze Jahr: Ob Sommer, Frühling, Herbst oder Winter – mit über 72 Gerichten, Tipps und Tricks der Profis sowie Porträts der Saisonstars wie Spargel, Salate, Pilze, Kürbis und Co. kosten Sie jede Jahreszeit voll aus. Ob vegetarisch, mit Fleisch oder Fisch, Heimatküche oder Weltküche – mit den „Hier und heute“-Rezepten kommt jeden Tag etwas Köstliches auf den Tisch! Ein Must-have für alle Fans der Sendung sowie der saisonalen und regionalen Küche.

- **Das 1. „Hier und heute“-Kochbuch: begleitend zur Sendung montags bis freitags um 16:15 Uhr**
- **6 beliebte Fernseh-Köche mit ihren besten Rezepten**
- **Starke Trendthemen: raffinierte Alltagsküche, einfach nachzukochen, mit saisonalen Zutaten**





Björn Freitag, Anja Tanas
Viel für wenig – Einfach clever kochen
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-565-7



Theresa Knipschild, Zora Klipp
Schmeckt. Immer.
27,90 € (DE) | 28,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-458-2

Olaf Baumeister, Julia Floß, Julia Komp, Lars Middendorf, Fabian Timmer, Alexander Wulf
„Hier und heute“ ist ein guter Tag zum Kochen
Die besten Rezepte aus der Sendung

192 Seiten, Hardcover bebildert
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1455
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-616-6
ET: 06.05.2026

MAI 2026



© KLAUS MARK-EINWANGER

Tanja Dusy arbeitet seit 25 Jahren als Kochbuchautorin und Foodjournalistin. In dieser Zeit sind über 250 Titel von ihr erschienen, die sich über 2,5 Millionen-mal verkauft haben. Herumprobieren, abschmecken, Köchen über die Schulter schauen – das macht sie schon seit ihrer Jugend. Inspirationen holt sie sich auf Reisen.

Salate können so vielfältig sein

64 super leckere Entdeckungen

4 Jahreszeiten, 64 Salate: Ob Frühling, Sommer, Herbst oder Winter – Salatsaison ist mit diesem Buch 365 Tage im Jahr! Die bunten und ausgewogenen Mahlzeiten-Salate mit saisonalen Lieblingszutaten versorgen rundum und machen einfach glücklich.
Alle Salate sind leicht zu machen, einfach variierbar und gut vorzubereiten. Und natürlich spielt Gemüse die Hauptrolle, sodass ein Großteil der Rezepte vegetarisch ist. Aber auch Klassiker mit Fleisch und Fisch wie Ceasar Salad und Nizza-Salat dürfen nicht fehlen.
Zahlreiche Extras wie vielseitige saisonale Dressings und Toppings, Wissen rund ums Zubereiten, Mitnehmen sowie Salat-Meal-Prep machen dieses Buch zum absoluten Must-have für Salatfans und alle, die auf der Suche nach schnellen und ausgewogenen Rezepten sind, die sich auch für unterwegs oder als leichter Snack zwischendurch eignen!

- **Trendthema Salate zum Sattessen**
- **Einzigartig flexibel: Lieblingszutaten, Dressings und Toppings für jede Jahreszeit**
- **Absolut alltagstauglich mit praktischen Meal-Prep- und To-go-Tipps**





Tanja Dusy
Salate
64 Salate zum Sattessen für jede Jahreszeit

192 Seiten, Hardcover bebildert
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1455
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-610-4
ET: 01.04.2026

APRIL 2026



Julia Murray ist preisgekrönte Illustratorin und Typografin. Sie lebt in Neuseeland und ihre Arbeit ist auf Buchcovern, Puzzles und sogar Bierdosen zu sehen. Häufige Aufträge im Verlagswesen haben ihre Liebe zur Buchillustration entfacht, wo sie stets versucht, die Essenz von Mensch, Natur und Tierwelt in spielerischer und liebevoller Art und Weise einzufangen.

Dolce Vita im Glas

Spritzige Drinks und Aperitifs mit Sekt, Prosecco und Champagner





Joel Harrison, Neil Ridley
60-Second Cocktails
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT)
ISBN 978-3-96584-258-8

Ob auf dem Balkon, beim Dinner mit Freunden, bei öffentlichen Veranstaltungen oder in der Lieblingsbar: spritzige Cocktails liegen voll im Trend! Es werden immer mehr prickelnde Alternativen zum klassischen *Aperol Spritz* angeboten, ob mit Limoncello, Lavendel oder Sarti. *Spritz & Fizz* enthält 60 perlende Cocktailrezepte zum Selbermixen für jeden Anlass und jede Jahreszeit: *Hibiscus Prosecco* im Frühling, *Himbeer Limoncello* im Sommer, *Pumpkin Spice Spritz* im Herbst oder *Christmas Cosmo* im Winter. In Szene gesetzt werden die Rezepte mit Champagner, Prosecco, Cremant & Co. von Julia Murrays farbenprächtigen Illustrationen. Das ideale Geschenk für alle, die es prickelnd mögen.

- **Aperol Spritz und Hugo treffen auf trendig-prickelnde Variationen**
- **60 ebenso einfache wie geniale Rezepte, wunderschön und aufwendig illustriert**
- **Perfekter Geschenk-Titel für alle Anlässe und Jahreszeiten**

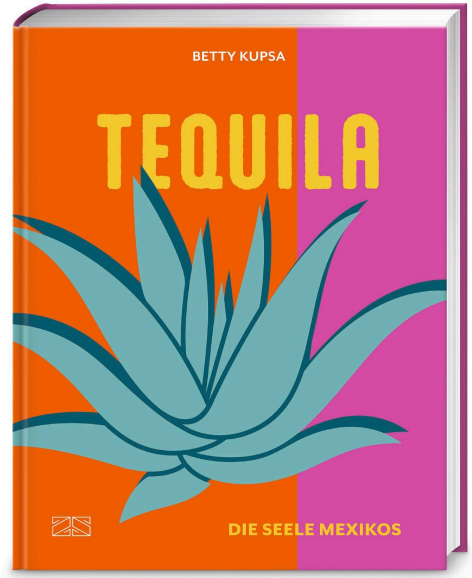
OH
Spritz & Fizz
60 prickelnde Cocktails
Illustriert von Julia Murray
Aus dem Englischen von Wiebke Krabbe

ca. 144 Seiten, Hardcover
bebildert
Format 16,5 × 22,0 cm
WG: 1450
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT)
ISBN 978-3-96584-635-7
ET: 06.05.2026

MAI 2026

Arriba! Ándale!

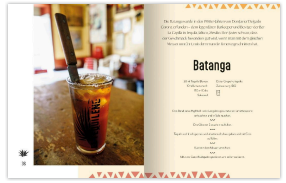
Alles, was man über die Trendspiritouse wissen sollte





Betty Kupsa ist Tequila-Expertin, passionierte Barkeeperin und Gastgeberin. Geprägt wird ihre Expertise durch zahlreiche Mexikoreisen. Mit ihrer Bar *The Chug Club* im Herzen von St. Pauli hat sie einen Ort geschaffen, an dem seit über 10 Jahren Agavenspirituosen zelebriert werden. Für ihre Arbeit wurde sie mehrfach ausgezeichnet, unter anderem mit zwei Mixology Bar Awards. Betty gestaltet, verbindet und schafft unvergessliche Momente – immer mit dem Ziel, Menschen zu begeistern.





In diesem einzigartigen Buch erklärt Betty Kupsa, Barkeeperin und Betreiberin von *The Chug Club* in Hamburg alles, was man über Tequila wissen muss, und auch, welche Drinks man aus ihm machen kann. Zuerst begibt sie sich auf eine Reise nach Mexiko, der Heimat des Tequilas. Sie erzählt nicht nur von den Mythen, die sich um Tequila ranken, sondern zeigt auch anhand faszinierender Fotos die traditionellen Verfahren, mit denen Agaven geerntet und verarbeitet werden. Zurück in Hamburg präsentiert Betty ihre liebsten Cocktailrezepte. Von Klassikern wie Margarita oder Tequila Sunrise bis hin zu Eigenkreationen wie dem Spicy Mangorita und Gastbeiträgen von rennomierten Barkeepern bietet dieses Buch 40 köstliche Rezepte, die sich auch zu Hause leicht umsetzen lassen. Mexikanische Barsnacks dürfen dabei natürlich nicht fehlen. Wertvolle Tipps und ein hilfreiches Bar-ABC runden das Buch ab.

- **Mit 40 Rezepten von mexikanischen Klassikern bis zu spannenden Eigenkreationen von Deutschlands führender Tequila-Expertin**
- **Tequila gehört 2025 weiterhin zu den absoluten Trendgetränken**
- **Bislang das einzige deutsche Buch über Tequila auf dem Markt**

Betty Kupsa
Tequila
Die Seele Mexikos

224 Seiten, Hardcover
bebildert
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1458
28,– € (DE) | 28,80 € (AT)
ISBN 978-3-96584-615-9
ET: 06.05.2026

MAI 2026


© KLAUS H. DAMASKO

Natalie Lumpp arbeitete als Sommelière in renommierten badischen Spitzenbetrieben, angefangen bei der Traube Tonbach über das Hotel Bareiss bis hin zum Schlosshotel Bühlerhöhe. Ob Boris Becker, Placido Domingo oder Nelson Mandela – viele internationale Stars waren ihre Gäste. Sie bekam u. a. den Titel "Bester Sommelier Deutschlands 1997" und ist heute als Weinberaterin tätig. Ein Geheimnis ihres Erfolges: genießen können, denn "Menschen, die nicht genießen können, sind ungenießbar".


© BJÖRN BRÖSKAMLE

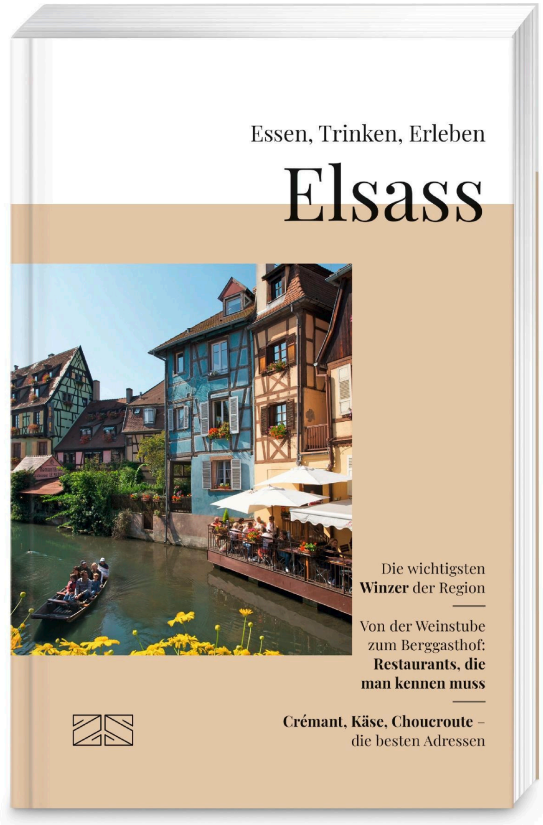
Frank Kämmer hat viele Jahre in der Spitzengastronomie gearbeitet und wurde in dieser Zeit zu den führenden europäischen Sommeliers gezählt. Jahr 1996 erreichte er mit dem „Master Sommelier" die höchste internationale Qualifikation des Berufsstandes. Frank Kämmer hat zahlreiche Bücher zum Thema Wein und Spirituosen veröffentlicht und ist regelmäßiger Autor verschiedener Fachpublikationen. Kämmer wurde als erster Deutscher in den britischen Circle of Wine Writers aufgenommen.

Elsass für Genießer: die besten kulinarischen Geheimtipps

Ein exklusiver Genussreiseführer für Feinschmecker, die das Besondere suchen

Entdecken Sie das Elsass von seiner köstlichsten Seite! Dieser streng kuratierte Genussreiseführer führt Sie zu den besten kulinarischen Adressen der Region – von Spitzenrestaurants und versteckten Landgasthöfen bis zu außergewöhnlichen Produzenten, die nur Insider kennen. Erleben Sie unvergessliche Momente: Begleiten Sie Winzer bei der Weinlese, genießen Sie private Verkostungen edler Tropfen oder nehmen Sie an exklusiven kulinarischen Touren teil. Kein gewöhnlicher Reiseführer, sondern ein Begleiter für Genießer, die das Authentische lieben. Perfekt für anspruchsvolle Reisende, die sich mit Qualität, Tradition und Genuss verbinden möchten.

- **Die besten Adressen – von Streetfood bis Sternerestaurant**
- **Exklusive Tipps, die nicht in klassischen Reiseführern stehen**
- **Besondere Erlebnisse: Weinlese, Verkostungen, kulinarische Touren**



Natalie Lumpp, Frank Kämmer
Essen, Trinken, Erleben – Elsass

192 Seiten, Klappenbroschur
Format 12,0 × 18,5 cm
WG: 1312
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-630-2
ET: 03.06.2026

JUNI 2026


© ROLO GRAVES

Die auf Fashion und Beauty spezialisierte Stylistin und Journalistin **Laia Farran Graves** hat für Magazine wie *Vogue*, *InStyle*, *Glamour*, *Marie Claire* und *The Sunday Times Style Magazine* gearbeitet. Laia Farran Graves lebt in London, England.

Die Geschichte einer der ältesten Modedynastien Italiens

Vom kleinen Ledergeschäft zum Modeimperium

Wie kaum eine andere Marke steht Fendi seit seiner Gründung 1925 für innovative Designs und Liebe zum Detail. Nicht nur berühmte Taschen wie die Croissant-, Baguette- oder Peekaboo-Bag, stylische Mäntel und Accessoires, sondern auch das ikonische Logo mit dem Doppel-F haben längst Kultstatus erreicht. Anhand zahlreicher Fotos und spannender Texte erzählt *Little Book of Fendi* wie aus einem kleinen Pelz- und Ledergeschäft in Rom ein globales Imperium wurde. Von den Fendi-Schwestern und der Dolce-Vita-Ära über Karl Lagerfeld bis zu Kim Jones, steht in diesem Buch alles über die Luxusmarke und die große Rolle, die sie auch heute noch in der Modewelt und Popkultur spielt.

- **Ein weiterer Band der Erfolgsreihe „Die kleine Modebibliothek“ (über 125 Tsd. verkaufte Exemplare)**
- **Unterhaltsame Texte und über 100 Abbildungen erzählen die Geschichte der ikonischen italienischen Modemarke**
- **Das perfekte Geschenk für alle Fashionistas**

Teil der Aktion!



Laia Farran Graves
Little Book of Fendi
Die Geschichte einer ikonischen Modemarke
Übersetzt von Valerie Heine

160 Seiten, Hardcover
Format 13,0 × 18,5 cm
WG: 1959
15,– € (DE) | 15,50 € (AT)
ISBN 978-3-96584-611-1
ET: 01.04.2026

APRIL 2026

AKTION

Stilvolle Ideen, die jeder Kleiderschrank liebt

Diese Bücher dürfen in keiner Handtasche fehlen



* Mit jeder Bestellung erhalten Sie zusätzlich unser dekoratives Display für Ihren POS*

LITTLE BOOKS

Aktion gültig bis: 31.03.2026

	EXPL,	AUTOR/HERAUSGEBER	TITEL	ISBN	PREIS
NOVITÄTEN	2	Graves, Laia Farran	Little Book of Fendi	9783965846111	15,00
	2	Bumpus, Jessica	Little Book of Dolce & Gabbana	9783965844926	15,00
BACKLIST	2	Baxter-Wright, Emma	Little Book of Chanel	9783965843684	15,00
	2	Homer, Karen	Little Book of Dior	9783965844247	15,00
	2	Homer, Karen	Little Book of Louis Vuitton	9783965843875	15,00
	2	Homer, Karen	Little Book of Gucci	9783965843691	15,00
	2	Graves, Laia Farran	Little Book of Prada	9783965844483	15,00
	2	Homer, Karen	Little Book of Hermès	9783965844490	15,00
	2	Sims, Josh	Little Book of Rolex	9783965844506	15,00
	2	Johnson, Glenys	Little Book of Vivienne Westwood	9783965843998	15,00
	1		Display	999364	gratis

NETTOWARENWERT	147 €
BESTELLNUMMER	999459
AUSLIEFERUNGSTERMIN	24.03.2026

Bitte bestellen Sie bei unseren Verlagsvertretern



47,5 % RABATT
60 Tage Valuta
30 Tage Ziel
12 Monate RR

*solange der Vorrat reicht



© PRIVAT

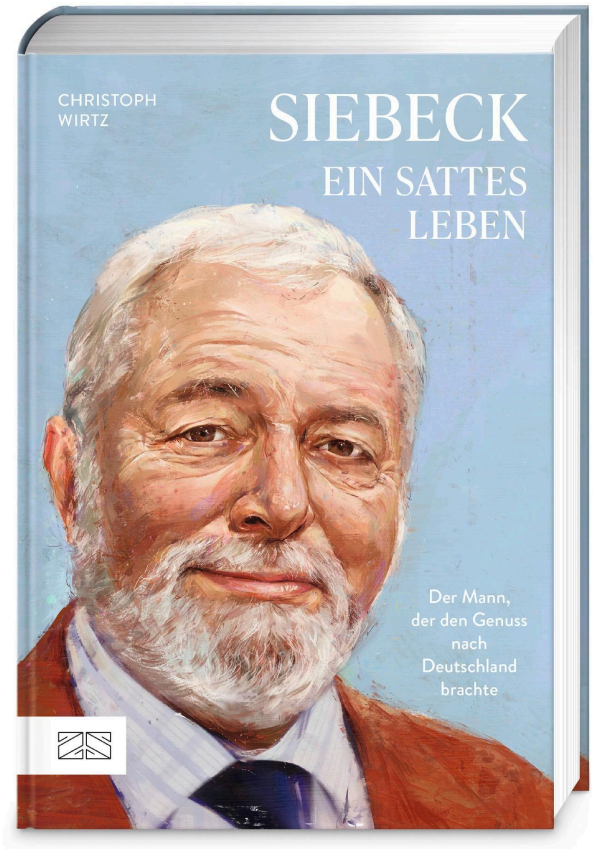
Dr. Christoph Wirtz schreibt seit über 20 Jahren über sämtliche Facetten der Genusskultur, veröffentlichte seine Texte als Autor, Kolumnist und ehemaliger Chefredakteur des *Gault&Millau* u.a. regelmäßig in der *Welt am Sonntag,* dem *Stern* oder dem Magazin *Der Feinschmecker.* Vermutlich wäre es ohne Wolfram Siebecks Bücher in der Bibliothek seiner Eltern nie dazu gekommen.

Die schärfste Zunge am Tisch

Wie Wolfram Siebeck die deutsche Esskultur prägte

Niemand schrieb in Deutschland je böser, witziger, eleganter über Essen und Trinken als Wolfram Siebeck – über großartige Restaurants und grauenvolle Kneipen, über die höchsten Höhen des Genusses und düsterste Abgründe deutscher Mehlschwitze. Als er 2016 starb, hatte er als Autor und Kolumnist Generationen von Lesern und Köchen geprägt und die Restaurantlandschaft verändert: stilistisch geschliffen, polemisch, amüsant. Christoph Wirtz, einer der „sprachgewaltigsten deutschen Gastrojournalisten" (FAZ), setzt ihm zum 10. Todestag ein Denkmal: Als Porträt eines Mannes, dessen Leben als Kindersoldat an der Ostfront begann – und dann wie in einem Rausch zu den besten Restaurants von Paris, durch die Lavendelfelder der Provence und die elegantesten Hotels von London führte.

- **Eine Hommage an Siebeck: Kritiker, Genussmensch, Provokateur**
- **Das Buch von einem, der Siebeck wirklich kannte**
- **Erscheint zum 10. Todestag von Wolfram Siebeck**



Christoph Wirtz
Siebeck – Ein sattes Leben
Der Mann, der den genuss nach Deutschland brachte

304 Seiten, Hardcover
Format 15,0 × 21,5 cm
WG: 1981
29,90 € (DE) | 30,80 € (AT)
ISBN 978-3-96584-558-9
ET: 03.06.2026

JUNI 2026



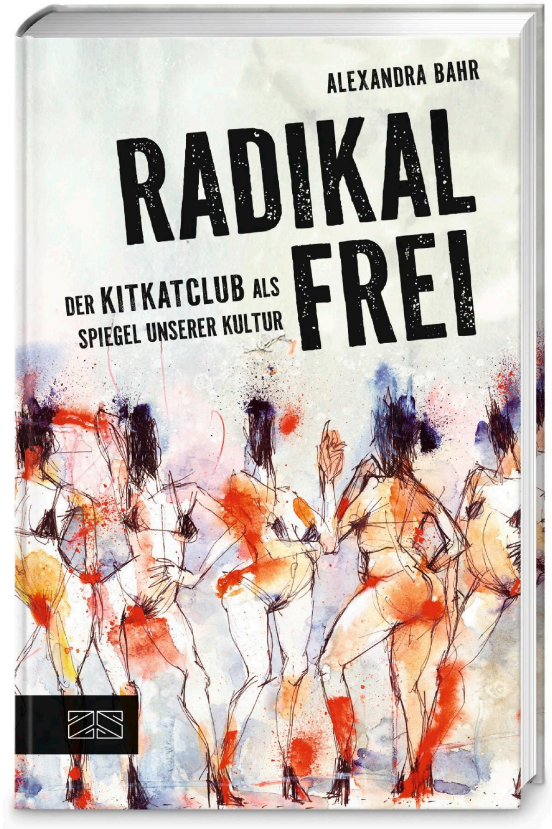
Alexandra Bahr ist Speakerin, Autorin – und seit 1998 Teil des Berliner KitKatClubs. Sie hat miterlebt, wie aus einem kleinen Underground-Club ein internationaler Mythos wurde. Mit klarer Haltung zeigt sie, was Diversity jenseits von Buzzwords bedeutet: radikal menschlich, unbequem ehrlich – und wichtiger denn je.

Berlin, exzessiv. Radikal frei.

Ein faszinierender Blick hinter die Kulissen des weltberühmten Clubs.

Berlin bei Nacht – ein Ort voller Mythen, Sehnsüchte und gelebter Freiheit. Im Zentrum steht der legendäre KitKatClub, seit über 30 Jahren ein Symbol für radikale Offenheit, sexuelle Selbstbestimmung und kreative Exzesse. Alexandra Bahr, seit Jahrzehnten Teil des Clubs, erzählt seine Geschichte von innen heraus: von rauschhaften Nächten, spektakulären Outfits und mutigen Menschen, die Grenzen sprengen und neue Räume schaffen. Mitreißend, ehrlich und voller Anekdoten nimmt sie die Leser mit in eine Welt, die so wild wie faszinierend ist – und zugleich tief nachdenken lässt über unsere Vorstellungen von Liebe, Körper und Gesellschaft. Ein Buch über die Magie eines Ortes, an dem Freiheit nicht nur ein Wort ist, sondern gelebt wird.

- **Authentische Insiderin erzählt aus 27 Jahren KitKat-Erfahrung**
- **Einzigartige Mischung aus Reportage, Analyse & persönlichen Storys**
- **Kulturbuch über den berühmten Berliner Club und seine globale Bedeutung**



Alexandra Bahr
Radikal frei
Der KitKatClub als Spiegel unserer Kultur

256 Seiten, Hardcover
Format 14,0 × 21,5 cm
WG: 1971
23,– € (DE) | 23,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-604-3
ET: 03.06.2026

JUNI 2026


© ALAN OVASKA

Tanja Mairhofer hat schon viel machen müssen. Als Moderatorin und Schauspielerin war sie oft utopischen Anforderungen ausgesetzt. Davon wurde die mehrfach ausgezeichnete Journalistin und Diplom-Kommunikationswirtin müde und gelangweilt. Und kam zu einer erstaunlichen Erkenntnis: „Je weniger ich versuche, anderen zu gefallen, desto besser gefalle ich mir selbst!" Am wohlsten fühlt Tanja Mairhofer sich heute als Kinder-Yogalehrerin und Autorin.

Willkommen im besten Alter!

Ein ehrliches, lustiges und stärkendes Buch für Frauen in der Lebensmitte



Willkommen in der Lebensmitte – und nein, das ist kein Drama, sondern eine richtig gute Nachricht! Tanja Mairhofer erzählt ehrlich, humorvoll und mitten aus dem Leben, wie es ist, als Frau zwischen 40 und 55 klarzukommen. Mit einer guten Portion Selbstironie schildert sie, warum graue Ansätze, Falten und Hitzewallungen keine Katastrophe sind, sondern Teil einer Phase, in der Gelassenheit und Klarheit endlich wichtiger werden, als gefallen zu wollen. Statt Selbstoptimierungsstress gibt's ehrliche Geschichten, in denen sich jede Frau wiederfindet – von Beauty-Wahn bis FOMO, von Konflikten bis Hormonturbulenzen. Ein Buch zum Lachen, Erkennen und Entspannen, das zeigt: Die Lebensmitte ist nicht das Ende der Leichtigkeit, sondern der Beginn neuer Freiheit.

- **Humorvolle Geschichten statt erhobener Zeigefinger**
- **Authentische Stimme von Moderatorin & Autorin Tanja Mairhofer**
- **Das perfekte Buch für alle, die sich jünger fühlen, als sie sind**

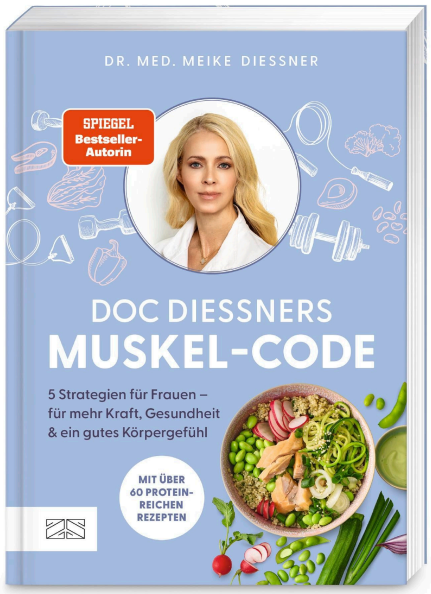
Tanja Mairhofer
Bin in der Lebensmitte. Komme klar.

224 Seiten, Klappenbroschur
Format 13,5 × 21,0 cm
WG: 1933
17,99 € (DE) | 18,50 € (AT)
ISBN 978-3-96584-599-2
ET: 06.05.2026

MAI 2026

Doc Diessners Muskel-Code

5 Strategien für Frauen – für mehr Kraft, Gesundheit und ein gutes Körpergefühl



Viele Frauen wünschen sich mehr Kraft – für den Körper, den Alltag, das eigene Lebensgefühl. Doch Muskelaufbau wirkt oft wie eine Welt voller Halbwahrheiten, Leistungsdruck und Männerlogik. Dieses Buch zeigt, dass es auch anders geht: weiblich, verständlich und auf Augenhöhe. 5 zentrale Strategien machen deutlich, wie vielseitig Muskelaufbau funktioniert – und wie Ernährung, Regeneration, Mindset und medizinisches Know-how dabei zusammenspielen. Sport- und Ernährungsmedizinerin Dr. Meike Diessner verbindet neueste Erkenntnisse mit der Erfahrung aus ihrer eigenen Praxis. Sie bietet viele Impulse, wie Muskelaufbau im echten Leben gelingt. Ein Buch, das Kraft neu definiert – und zeigt, wie sie wachsen kann.

- **Im Fokus der Forschung: unsere Muskulatur als „Gesundmacher"**
- **Speziell für Frauen: das neue ganzheitliche Programm für fitte Muskeln und jüngere Zellen**
- **Der brandaktuelle Ratgeber von Top-Expertin und Bestseller-Autorin Dr. Meike Diessner**


© PETER MUELLER

Dr. med. Meike Diessner ist Sport- und Ernährungsmedizinerin sowie Fachärztin für Physikalische und Rehabilitative Medizin. Ihre große Leidenschaft gilt der präventiven Medizin. Wie es gelingen kann, seinen Lebensstil zu ändern und damit nicht nur Erkrankungen, sondern auch unnötigen Operationen vorzubeugen, vermittelt sie mit großem Erfolg in ihren Büchern, Vorträgen und Medienbeiträgen.

Dr. med. Meike Diessner
Doc Diessners Muskel-Code
5 Strategien für Frauen – für mehr Kraft, Gesundheit und ein gutes Körpergefühl

ca. 176 Seiten,
Klappenbroschur
Format 17,0 × 23,8 cm
WG: 1461
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-559-6
ET: 07.01.2026

JANUAR 2026

© NDR

Die NDR-Sendung **Visite** steht seit mehr als 50 Jahren und über 1000 Sendungen für medizinische Glaubwürdigkeit und redaktionelle Kompetenz. Dabei geht es nicht nur darum, Fakten und Informationen weiterzugeben, sondern komplizierte Inhalte ansprechend zu verpacken, sodass Medizin richtig spannend wird.

Gesund mit Visite – Das Bauch-weg-Programm

Die besten Strategien und Rezepte



Denken Sie beim Thema Abnehmen an Crashdiäten und Hungerkuren, die Sie nicht durchhalten können? Keine Sorge, das wird sich nun ändern. Denn wenn Sie Ihre Ernährung langsam, aber langfristig umstellen, verlieren Sie nicht nur am Bauch schädliches Fett, sondern ganzheitlich unnötiges Gewicht. Gleichzeitig fördern Sie Ihre Gesundheit und minimieren das Risiko für zahlreiche Krankheiten. Mit dem VISITE-Bauch-weg-Programm lernen Sie Schritt für Schritt, Ihren Lebensstil zu verbessern. Dazu gibt es 30 alltagstaugliche Rezepte, die satt und trotzdem schlank machen. Fitness-Übungen, Krafttraining, Anregungen zum Ausdauersport sowie zahlreiche Tipps und Tricks für eine schlanke Körpermitte runden das Programm ab.

- **Bauchfett als einer der größten Risikofaktoren für unsere Gesundheit**
- **Hilfe zur Selbsthilfe: ganzheitlicher Guide mit Expertentipps, Übungen und Rezepten**
- **Deutschlands bekanntestes TV-Gesundheitsmagazin VISITE, dienstags 20.15 Uhr im NDR, mit 1,2 Millionen Zuschauern**

Visite
Gesund mit Visite – das Bauch-weg-Programm
Wie Sie mit einem gesunden Lebensstil endlich schlank werden

144 Seiten, Klappenbroschur
Format 15,0 × 20,3 cm
WG: 1461
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT)
ISBN 978-3-96584-600-5
ET: 07.01.2026

JANUAR 2026

Gesund abnehmen mit der Anti-Entzündungs-Formel

Endlich schlank und rundum fit



Sie haben schon öfter versucht, überschüssige Pfunde loszuwerden, haben aber langfristig keinen Erfolg? Eventuell stecken stille Entzündungen dahinter. Solche Prozesse entwickeln sich im Körper über einen längeren Zeitraum und richten dabei großen Schaden an. Sie spielen nicht nur bei der Entstehung vieler Zivilisationskrankheiten eine Rolle, sondern auch bei Übergewicht. Da sie Sättigungshormone schwächen und Heißhunger fördern, können sie zu echten Abnehmblockaden führen. Die renommierten TV-Mediziner haben jetzt ein Programm entwickelt, bei dem Sie sich mit erstklassigen antientzündlichen Lebensmitteln dauerhaft schlank essen können. Das Ergebnis: eine schlanke Linie – und mehr Gesundheit!

- **Start einer neuen Staffel zum ET und Abspannhinweis zum Buch**
- **Trendthema „Antientzündliche Ernährung“ als Diätprogramm und Gesundheits-Booster**
- **Die neue Abnehmformel der beliebten TV-Ärzte und Bestseller-Autoren**



© CLAUDIA TIMMANN

2015 schlug im NDR die Geburtsstunde einer bisher einzigartigen Fernsehreihe: Seither helfen die **Ernährungs-Docs** Menschen, die an ihren Gesundheitsproblemen beinahe verzweifeln. Für die erfahrenen Ärzte Viola Andresen, Jörn Klasen, Matthias Riedl und Silja Schäfer gilt: Essen als Medizin! Sie setzen gezielt auf moderne Ernährungsstrategien, um Symptome deutlich zu verbessern oder Krankheiten sogar zu heilen. Und beweisen in ihrer Hausboot-Praxis, dass durch eine Umstellung der Gewohnheiten oftmals schon innerhalb weniger Wochen erstaunliche Erfolge erzielt werden können.

Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Jörn Klasen
Die Ernährungs-Docs – Gesund abnehmen mit der Anti-Entzündungs-Formel

ca. 176 Seiten, Hardcover
bebildert
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1461
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-601-2
ET: 07.01.2026

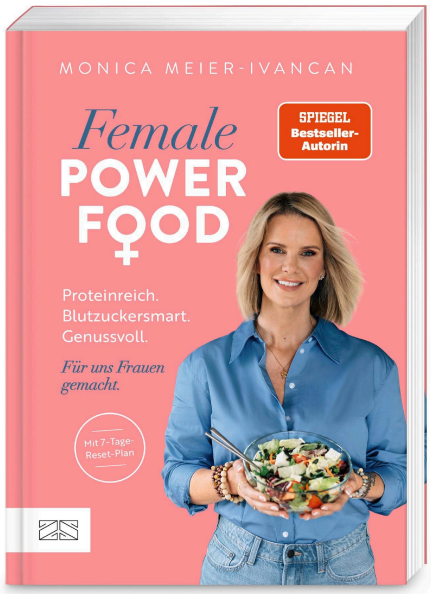
JANUAR 2026


© JASMIN BREIDENBACH

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 und auf Facebook (insg. rund 520.000 Abonnent*innen) versorgt sie ihre Fans mit Lifestyle-Tipps, Rezepten und Ratschlägen zu Gesundheit und Fitness (www.monica-ivancan.de).

Female Power Food

Proteinreich. Blutzuckersmart. Genussvoll. Für uns Frauen gemacht.



Frauen haben andere Bedürfnisse als Männer – besonders, wenn es um Ernährung geht. Viele Trends ignorieren das. Female Power Food von Monica Meier-Ivancan setzt einen bewussten Gegenpol: persönlich, alltagstauglich und mit einem Blick auf das, was Frauen wirklich brauchen. Im Fokus stehen hormonfreundliche Routinen, genussvolle Rezepte, Darmgesundheit und Muskelaufbau – ganz ohne strenge Regeln. Statt Verzicht geht es um eine neue Form von Selbstfürsorge: mit Lebensmitteln, die nähren, stärken und guttun. Herzstück des Buches ist ein 7-Tage-Reset-Plan für alle, die nach stressigen Zeiten wieder ins Gleichgewicht finden möchten. Ein Ratgeber für mehr Leichtigkeit, Kraft und Vertrauen in den eigenen Körper.

- **Das neue persönliche Selfcare-Kochbuch der Bestseller-Autorin und Top-Influencerin (über 550.000 Follower)**
- **Frauen essen anders: Rezepte perfekt abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse**
- **Praktischer Einstieg: der 7 Tage-Reset-Plan für Genuss und innere Balance**

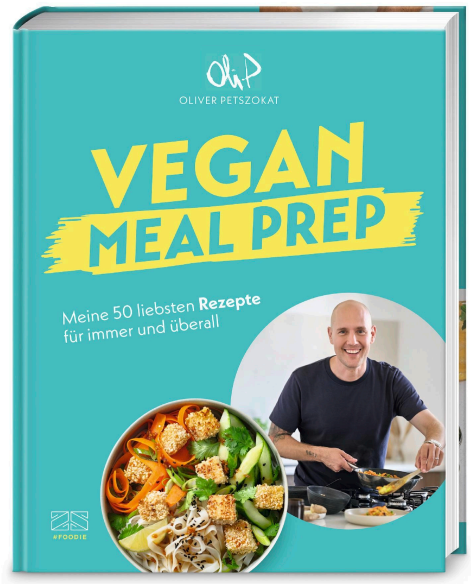
Monica Meier-Ivancan
Female Power Food
Proteinreich. Blutzuckersmart. Genussvoll. Für uns Frauen gemacht.

JANUAR 2026

ca. 176 Seiten,
Klappenbroschur
Format 17,5 × 24,3 cm
WG: 1461
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-603-6
ET: 07.01.2026

Vegan on tour

50 Rezepte zum Vorbereiten und Mitnehmen



Als Schauspieler, Sänger und DJ ist Oli.P rund 200 Tage im Jahr im In- und Ausland unterwegs. Um für diesen anstrengenden Alltag fit zu sein, ist gesunde Ernährung unerlässlich. Oli.P – seit Jahren überzeugter Veganer – trifft mit seinem ersten Kochbuch „Vegan Meal Prep" den Zeitgeist. Alle, die wie er oft außer Haus essen (müssen), finden hier alltagstaugliche Rezepte, die man gut zu Hause vorbereiten und als Snack-to-go genießen kann oder die in Topf, Backofen oder Mikrowelle (z.B. im Büro) schnell aufgewärmt sind. Von Smoothies und Shots, über Stullen 2.0 bis hin zu Bowls und Suppen – der sympathische Entertainer zeigt, wie gesund und abwechslungsreich veganes Meal Prep sein kann.

- **Trendthema: Meal Prep erfreut sich auf Social Media großer Beliebtheit**
- **50 schnelle und einfache Rezepte für unterwegs**
- **Erfolgreicher Sänger, Entertainer und Content Creator (über 314.000 Follower)**


© OLIVER PETSZOKAT

Oliver Petszokat, bekannt als Oli.P, wurde 1978 in Berlin geboren und startete 1998 seine Karriere bei „Gute Zeiten, schlechte Zeiten". Zur gleichen Zeit landete er mit der gerappten Coverversion von „Flugzeuge im Bauch" einen Nummer-1-Hit, der bis heute die meistverkaufte deutschsprachige Single seit 1975 ist. Mit rund 150 Live-Shows pro Jahr und DJ-Sets auf Events wie der Stanglwirt Weißwurstparty oder der OMR Rockstars ist er eine feste Größe in der Musik- und Entertainment-Szene.





Oliver Petszokat
Vegan Meal Prep
Meine 50 liebsten Rezepte für immer und überall

176 Seiten, Hardcover
bebildert
Format 19,3 × 24,5 cm
WG: 1455
25,– € (DE) | 25,70 € (AT)
ISBN 978-3-96584-598-5
ET: 07.01.2026

JANUAR 2026

AKTION

Jahresstart-Aktion 2027
„Fit und gesund ins neue Jahr“

Sichern Sie sich Frühbucher-Konditionen für unsere Gesundheits-Bestseller 2027!



+ Mit dem großen Paket erhalten Sie ein hochwertiges Dekorationspaket

Großes Aktionspaket:

STÜCK	TITEL
2 – 3 Expl.	**8 NOVITÄTEN**
2 – 3 Expl.	3 Backlisttitel
Plakat + Girlande und hochwertige Dekoration gratis dazu *	

NETTOWARENWERT	ca. 390 €
BESTELLNUMMER	999469
AUSLIEFERUNGSTERMIN	06.01.2027

Kleines Aktionspaket:

STÜCK	TITEL
1 – 2 Expl.	**6 NOVITÄTEN**
1 – 2 Expl.	2 Backlisttitel
Plakat gratis dazu *	

NETTOWARENWERT	ca. 190 €
BESTELLNUMMER	999468
AUSLIEFERUNGSTERMIN	06.01.2027

Bitte bestellen Sie bei unseren Verlagsvertreter*innen

GROSSESPAKET
48% RABATT
90 Tage Valuta
30 Tage Ziel
12 Monate RR



+ Extra Plakat und Girlande für Ihren POS*

*solange der Vorrat reicht

- Die erfolgreichste Gesundheitsmarke im deutschen Buchmarkt
- Über **2,1 Mio.** verkaufte Exemplare
- Neue Folgen im NDR-Fernsehen ab Januar 2026

Highlights | Die Ernährungs-Docs



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Anne Fleck, Dr. med. Jörn Klasen, Britta Probol, Annette Willenbücher
Die Ernährungs-Docs
29,80 € (DE) | 30,70 € (AT) | 9783898838610



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Anne Fleck
Die Ernährungs-Docs – Diabetes heilen
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783898839075



Dr. med. Anne Fleck, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Matthias Riedl
Die Ernährungs-Docs – Starke Gelenke
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783898838634



Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Anne Fleck, Dr. med. Matthias Riedl
Ernährungs-Docs – Gute Verdauung
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783898838221



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Anne Fleck
Die Ernährungs-Docs – Starkes Herz
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783965840690



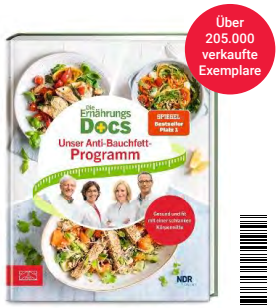
Dr. med. Anne Fleck, Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Jörn Klasen
Die Ernährungs-Docs – Gesunde Haut
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783898839716



Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Silja Schäfer
Die Ernährungs-Docs – Unsere Anti-Krebs-Strategie
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783965842601



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Silja Schäfer
Die Ernährungs-Docs – Anti-Aging fürs Gehirn
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783965843493



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Anne Fleck, Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Jörn Klasen
Die Ernährungs-Docs – Unser Anti-Bauch-fett-Programm
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965841956



Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Anne Fleck, Dr. med. Matthias Riedl
Die Ernährungs-Docs – Gesund und schlank durch Intervallfasten
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965840928



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
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965842861



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Jörn Klasen
Die Ernährungs-Docs – Unsere Anti-Jo-Jo-Methode
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965843837



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Jörn Klasen
Die Ernährungs-Docs – Unsere Detox-Formel
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965845022



Dr. med. Anne Fleck, Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Jörn Klasen
Die Ernährungs-Docs – So stärken Sie Ihr Immunsystem
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965840881



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Anne Fleck, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Silja Schäfer
Die Ernährungs-Docs – Zuckerfrei gesünder leben
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965840034



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Jörn Klasen
Die Ernährungs-Docs – Unsere 100 besten antientzündlichen Rezepte
27,90 € (DE) | 28,70 € (AT) | 9783965844193



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Viola Andresen
Die Ernährungs-Docs – Diabetes heilen – Unsere 100 besten Rezepte
27,90 € (DE) | 28,70 € (AT) | 9783965844599



Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Anne Fleck, Dr. med. Jörn Klasen
Die Ernährungs-Docs – Mein Ernährungstagebuch
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783965841062



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Silja Schäfer
Die Ernährungs-Docs – Unsere 100 besten Anti-Bauchfett-Rezepte
27,90 € (DE) | 28,70 € (AT) | 9783965845114



Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Silja Schäfer, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Matthias Riedl
Die Ernährungs-Docs – Unsere große Nährstoffküche
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783965845619



Dr. med. Matthias Riedl, Dr. med. Viola Andresen, Dr. med. Jörn Klasen, Dr. med. Silja Schäfer
Die Ernährungs-Docs – So einfach geht gesund essen
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965845183

Highlights | Weitere Bücher der Ernährungs-Docs



Dr. med. Matthias Riedl
Der Hafer-Masterplan
17,99 € (DE) | 18,50 € (AT) | 9783965843134



Dr. med. Matthias Riedl
Der Glukose-Masterplan
17,99 € (DE) | 18,50 € (AT) | 9783965844230



Dr. med. Silja Schäfer
Der Mehr-Gemüse-Masterplan
17,99 € (DE) | 18,50 € (AT) | 9783965844650



Dr. med. Jörn Klasen
Tschüss Fettleber
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965842137

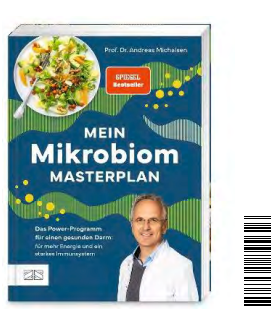


Dr. med. Jörn Klasen
Runter mit dem Bluthochdruck
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783898838832



Dr. med. Jörn Klasen
Endlich wieder im Gleichgewicht bei Hashimoto
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965843820

Highlights | Gesundheit



Prof. Dr. Andreas Michalsen
Mein Mikrobiom-Masterplan
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965845626



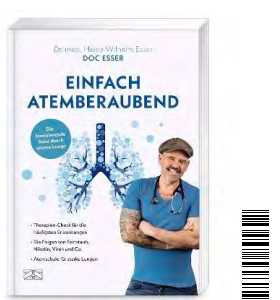
Prof. Dr. Andreas Michalsen
Scheinfasten – mein Masterplan
17,99 € (DE) | 18,50 € (AT) | 9783965845107



Visite
Gesund mit Visite – Bluthochdruck
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965845091



Visite
Gesund mit Visite – Arthrose
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965845633



Dr. med. Heinz-Wilhelm Esser
Einfach atemberaubend
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965845602



Dr. Michael Zechmann-Khreis
Schluss mit Fruktoseintoleranz
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965845770



Dr. med. Matthias Manke
Schluss mit Nackenschmerzen
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965843950



Dr. med. Helge Riepenhof
Schluss mit Knieschmerzen
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965843905



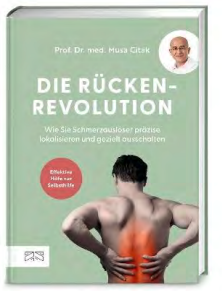
Prof. Dr. med. Ralf Oheim
Mit starken Knochen durchs Leben
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965845190



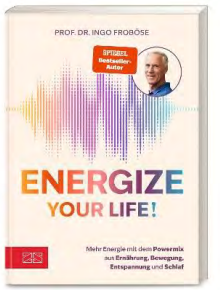
Dr. med. Michael Feld
Endlich besser schlafen
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965844810



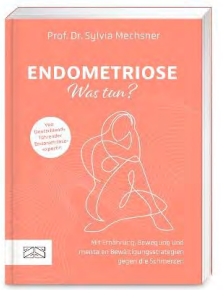
Dr. med. Matthias Manke
Schluss mit Rückenschmerzen
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965845220



Prof. Dr. med. Musa Citak
Die Rückenrevolution
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965845701



Prof. Dr. Ingo Froböse
Energize your life!
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965845015



Prof. Dr. med. Sylvia Mechsner
Endometriose – Was tun?
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965845800



Über 17.000 verkaufte Exemplare

Prof. Dr. med. Sylvia Mechsner
Endometriose – Die unterschätzte Krankheit
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965841611

Highlights | Gesunde Ernährung



Über 30.000 verkaufte Exemplare

Dr. med. Matthias Riedl, Tarik Rose
Iss besser!
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965840966



Tarik Rose, Dr. med. Matthias Riedl
Iss besser! LOW CARB
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965842731



Dr. med. Matthias Manke, Tarik Rose
Einfach genial gesund
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965841628



Über 20.000 verkaufte Exemplare

Thomas Müller, Dr. med. Matthias Riedl
Kochen für kleine und große Champions
25,– € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965843592



Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer, Anja Grönemeyer
Die Grönemeyer-Formel für gesundes Essen
17,99 € (DE) | 18,50 € (AT) | 9783965843608



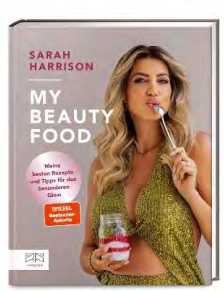
Über 16.000 verkaufte Exemplare

Barbara Becker
Strong & Healthy
26,90 € (DE) | 27,70 € (AT) | 9783965845046



Über 20.000 verkaufte Exemplare

Barbara Becker, Franca Mangiameli
Optimize your Sugar
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783965843844



Sarah Harrison
My Beauty Food
28,– € (DE) | 28,80 € (AT) | 9783965844001



Über 110.000 verkaufte Exemplare

Dr. med. Franziska Rubin
Heilen mit Lebensmitteln: Meine Top 10 gegen 100 Krankheiten
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783898839471



Saskia Johanna Rosenow
Der 4-Schritte-Plan für einen gesunden Darm
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965844476



Saskia Johanna Rosenow
Anti-Entzündungs-Küche
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965843264



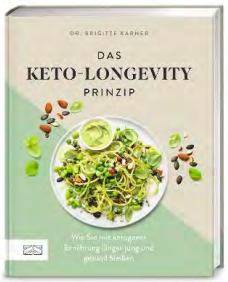
Rabea Kieß
Die Hormon-Balance-Diät
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965841079



Rabea Kieß
Hormon-Balance ab 40
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965844940



Dr. med. Brigitte Karner, Ulrike Gonder
Keto – richtig gesund
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965840041



Dr. med. Brigitte Karner
Das Keto-Longevity-Prinzip
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965845558



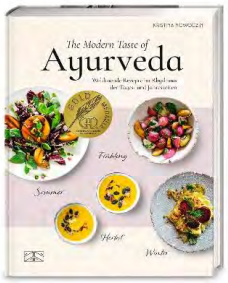
Hugh Fearnley-Whittingstall
How to Eat 30 Plants a Week
29,90 € (DE) | 30,80 € (AT) | 9783965844698



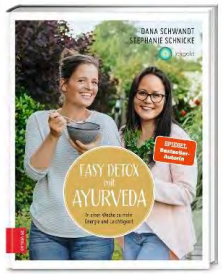
Monica Meier-Ivancan
Meine wunderbare Basenküche
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965841840



Monica Meier-Ivancan
Drink the Rainbow
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965844100



Kristina Nowoczin
The Modern Taste of Ayurveda
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783965845121

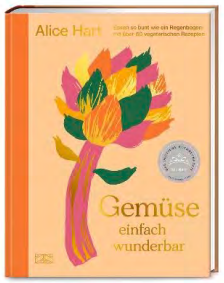


Dana Schwandt, Stephanie Schnicke
Easy Detox mit Ayurveda
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783965842090

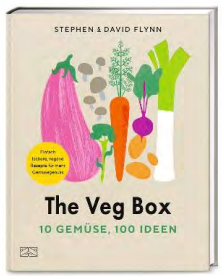


Dana Schwandt
Easy Ayurveda – Das Kochbuch
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783965840027

Highlights | Vegetarische und vegane Kochbücher



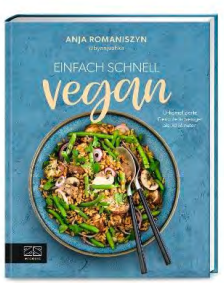
Alice Hart
Gemüse einfach wunderbar
29,99 € (DE) | 30,90 € (AT) | 9783965842960



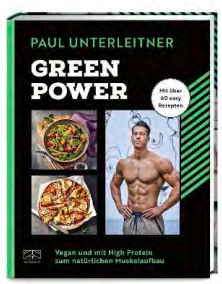
David Flynn, Stephen Flynn
The Veg Box
29,99 € (DE) | 30,90 € (AT) | 9783965843127



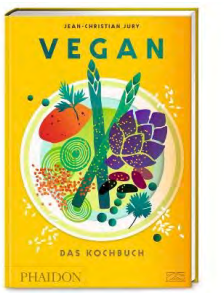
Tobias Seitle
30-Tage-Vegan-Challenge
25,– € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965844049



Anja Romaniszyn
Einfach schnell vegan
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965842878

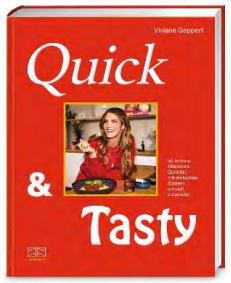


Paul Unterleitner
Green Power
25,– € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965844988

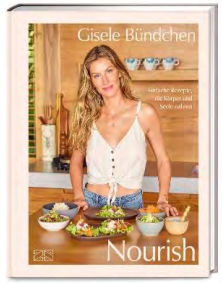


Jean Christian Jury
Vegan – Das Kochbuch
39,95 € (DE) | 41,10 € (AT) | 9783947426157

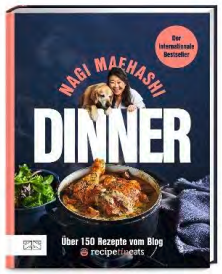
Highlights | Themenkochbuch



Viviane Geppert
Quick & Tasty
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965845305



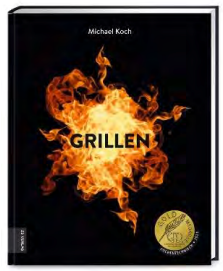
Gisele Bündchen
Nourish
29,90 € (DE) | 30,80 € (AT) | 9783965844957



Nagi Maehashi
Dinner
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783965844667



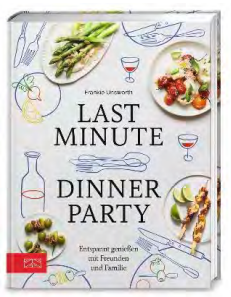
Niki Segnit
Der Geschmacksthesaurus – noch mehr Aromen
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783965843585



Michael Koch
Grillen
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783965841307



Martin Kintrup
Die Burger-Formel
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783965841024



Frankie Unsworth
Last Minute Dinner Party
29,90 € (DE) | 30,80 € (AT) | 9783965845442

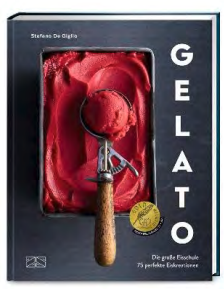


Über 17.000 verkaufte Exemplare

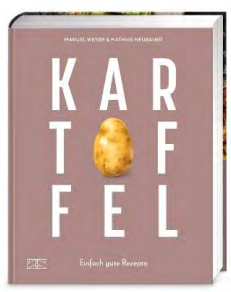
Sophia Hoffmann
Zero Waste Küche
26,99 € (DE) | 27,80 € (AT) | 9783898838542



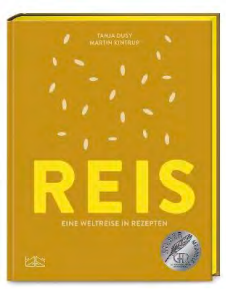
Vanessa Busch
Ab jetzt zuckerfrei
25,– € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965844254



Stefano De Giglio
Gelato
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783965843066



Manuel Weyer
Kartoffel
29,90 € (DE) | 30,80 € (AT) | 9783965845428



Martin Kintrup, Tanja Dusy
Reis
29,99 € (DE) | 30,90 € (AT) | 9783965842489



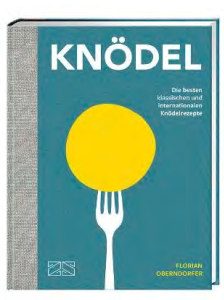
Holger Stromberg
Zukunft kochen
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965841833



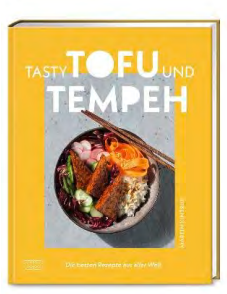
Verena Lugert
Nervennahrung
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965840997



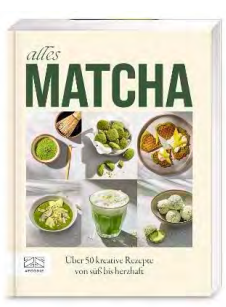
Verena Lugert
Mehr Nervennahrung
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965842687



Florian Oberndorfer
Knödel
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965841703



Martin Kintrup
Tasty Tofu und Tempeh
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965843677



ZS-Team
Alles Matcha
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965845473

Highlights | TV-Begleitbücher



Rote Rosen Team
Das neue Rote Rosen Kochbuch
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965843356



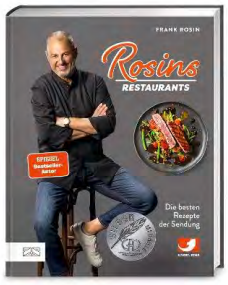
Das perfekte Dinner
Das perfekte Dinner (Bd. 1)
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783898838320



Das perfekte Dinner
Das perfekte Dinner (Bd. 3)
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965843554



Kim Laidlaw
Emily in Paris
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965842809



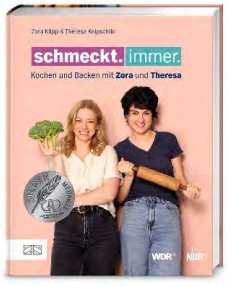
Frank Rosin
Rosins Restaurants
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965844629



Die Landfrauen
Kulinarische Schätze vom Münsterland bis zu den Alpen
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965844216



Björn Freitag, Anja Tanas
Viel für wenig – Einfach clever kochen
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965845657

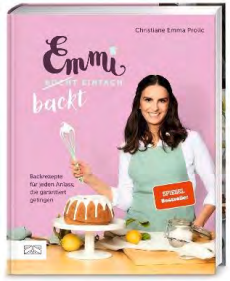


Theresa Knipschild, Zora Klipp
Schmeckt. Immer.
27,90 € (DE) | 28,70 € (AT) | 9783965844582



Die Landfrauen
Landfrauenküche Band 8
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965844223

Highlights | Backen



Christiane Emma Prolic
Emmi backt einfach
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965845435



Theresa Knipschild
Kuchen für immer
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965843370



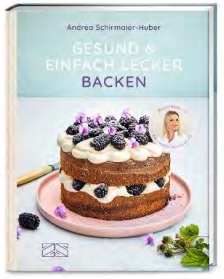
Sarah Harrison
My Sweet Bakery
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965841581



Jasmina Kuffer
Einfach backen mit Wow-Effekt
25,– € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965844964



Cherie Lyden
Einfach glutenfrei backen
29,90 € (DE) | 30,80 € (AT) | 9783965844612



Andrea Schirmaier-Huber
Gesund & einfach lecker backen
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965841550



Lutz Geißler, Christina Weiß
Auf der Suche nach gutem Brot
39,– € (DE) | 40,10 € (AT) | 9783965841499



Vanessa Kimbell
Sauerteigbrot für jeden Tag
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965842984



Ricardo Fischer
Einfach gutes Brot
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783965844575

Highlights | Phaidon by ZS



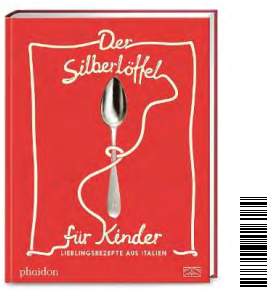
Phaidon
Der Silberlöffel
50,– € (DE) | 51,40 € (AT) | 9783947426102



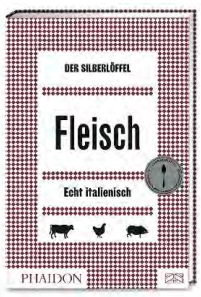
Phaidon
Der vegetarische Silberlöffel
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783947426201



Phaidon
Der Silberlöffel – Die italienischen Klassiker
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783947426133



Phaidon
Der Silberlöffel für Kinder
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783947426164



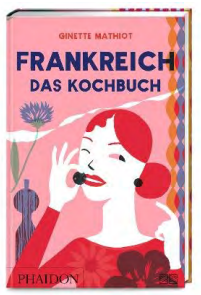
Phaidon
Der Silberlöffel – Fleisch
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783947426027



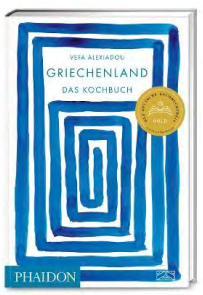
Rezepte für einen italienischen Sommer
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783944297026



Phaidon
Neapel und Amalfiküste
29,95 € (DE) | 30,80 € (AT) | 9783947426034



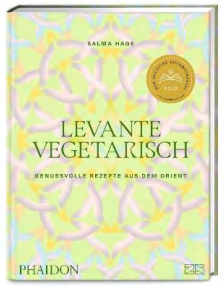
Ginette Mathiot
Frankreich – Das Kochbuch
45,– € (DE) | 46,30 € (AT) | 9783947426232



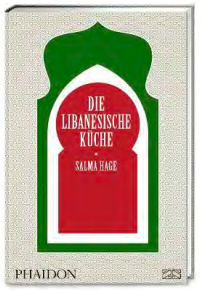
Vefa Alexiadou
Griechenland – Das Kochbuch
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783947426195



Musa Dadgdeviren
Türkei – Das Kochbuch
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783947426096



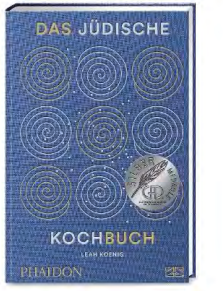
Salma Hage
Levante vegetarisch
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783947426287



Salma Hage
Die libanesische Küche
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783947426188



Reem Kassis
Zu Tisch in Palästina
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783947426010



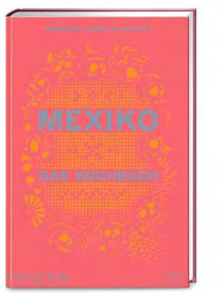
Leah Koenig
Das jüdische Kochbuch
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783947426126



Gabrielle Langholtz
Amerika – Das Kochbuch
45,– € (DE) | 46,30 € (AT) | 9783947426003



Madelaine Vázquez Gálvez, Imogene Tondre
Kuba – Das Kochbuch
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783947426058

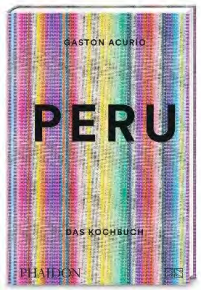


Margarita Carrillo Arronte
Mexiko – Das Kochbuch
45,– € (DE) | 46,30 € (AT) | 9783947426270



Margarita Carrillo Arronte
Mexiko vegetarisch – Das Kochbuch
39,– € (DE) | 40,10 € (AT) | 9783947426256

Highlights | Länderküche



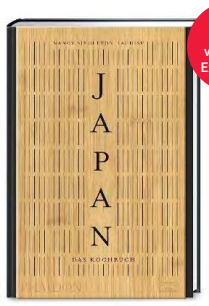
Gastón Acurio
Peru – Das Kochbuch
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783947426119



Pushpesh Pant
Indien – Das Kochbuch
45,– € (DE) | 46,30 € (AT) | 9783947426218



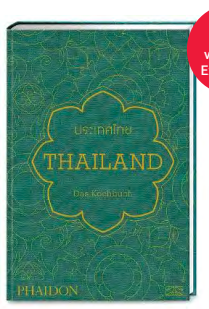
Diora Fong Chan, Kei Lum Chan
China – Das Kochbuch
45,– € (DE) | 46,30 € (AT) | 9783947426294



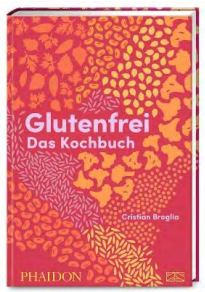
Nancy Singleton Hachisu
Japan – Das Kochbuch
45,– € (DE) | 46,30 € (AT) | 9783947426041



Nancy Singleton Hachisu
Japan vegetarisch – Das Kochbuch
39,– € (DE) | 40,10 € (AT) | 9783947426263



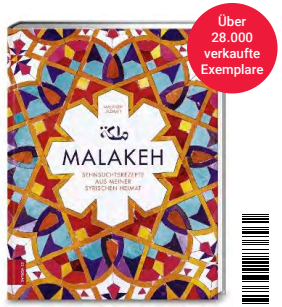
Jean-Pierre Gabriel
Thailand – Das Kochbuch
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783947426171



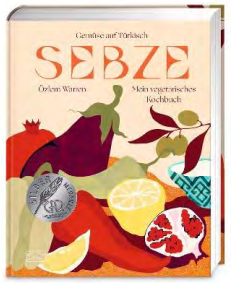
Cristian Broglia
Glutenfrei – Das Kochbuch
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783947426225



Liviana Prola
Fütter mich
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783947426072



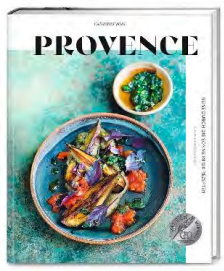
Malakeh Jazmati
Malakeh
34,– € (DE) | 34,95 € (AT) | 9783898836562



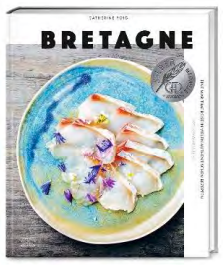
Özlem Warren
Sebze – Gemüse auf Türkisch
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783965844520



Milo Kalén
Kaffeepause auf Schwedisch – FIKA
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783898837675



Catherine Roig
Provence
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783965843011



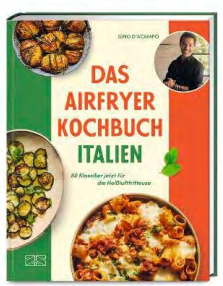
Catherine Roig
Bretagne
45,– € (DE) | 46,30 € (AT) | 9783965843745



Letitia Clark
Wilde Feigen und Fenchel
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783965845008

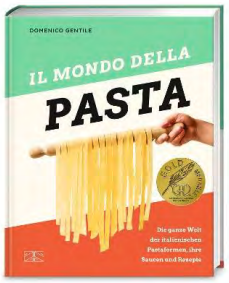


Natalie Bruno, Marisa Bruno
Italia a casa
29,90 € (DE) | 30,80 € (AT) | 9783965844971



Gino D'Acampo
Das Airfryer Kochbuch Italien
17,99 € (DE) | 18,50 € (AT) | 9783965845152

Highlights | Wein & Getränke

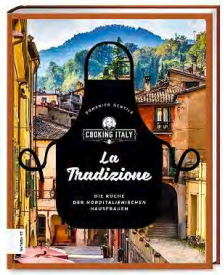


Domenico Gentile
Il mondo della Pasta
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783965844919

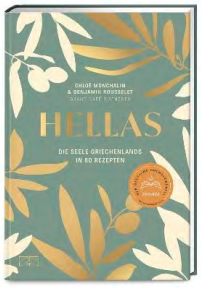


Über 19.000 verkaufte Exemplare

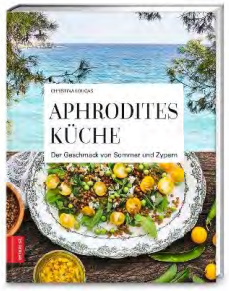
Domenico Gentile
Casalinga
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965840508



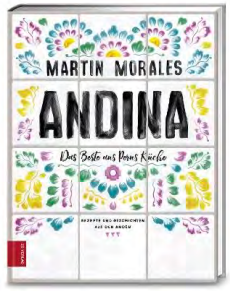
Domenico Gentile
La Tradizione
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965842182



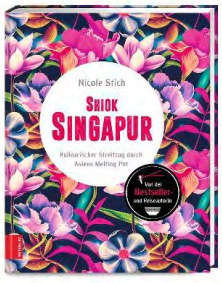
Chloé Monchalin, Benjamin Rousselet
Hellas
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783965843455



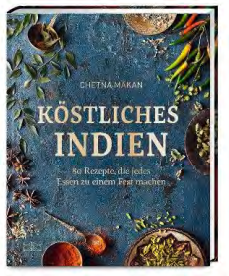
Christina Loucas
Aphrodites Küche
9,99 € (DE) | 10,30 € (AT) | 9783898836388



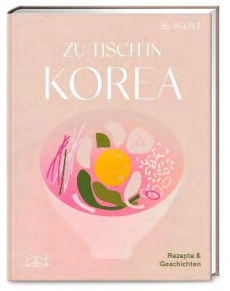
Martin Morales
Andina
29,80 € (DE) | 30,70 € (AT) | 9783898837903



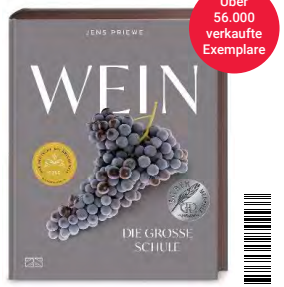
Nicole Stich
Shiok Singapur
29,80 € (DE) | 30,70 € (AT) | 9783898837590



Chetna Makan
Köstliches Indien
29,90 € (DE) | 30,80 € (AT) | 9783965844902



Su Scott
Zu Tisch in Korea
29,90 € (DE) | 30,80 € (AT) | 9783965843424



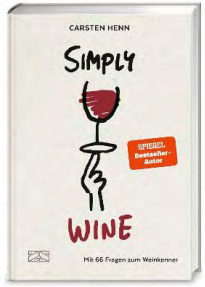
Über 56.000 verkaufte Exemplare

Jens Priewe
Wein – Die große Schule
39,– € (DE) | 40,10 € (AT) | 9783965844537



Über 46.000 verkaufte Exemplare

Jens Priewe
Grundkurs Wein
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783898839419



Carsten Henn
Simply Wine
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965845664

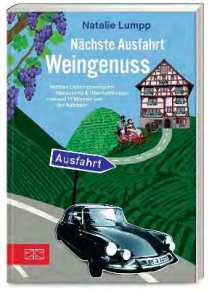


über 10.000 verkaufte Exemplare

Justin Leone
Just Wine
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783898838375



Paula Bosch, Diana Binder
Eingeschenkt
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965841802



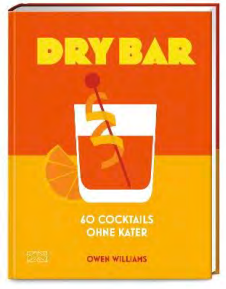
Natalie Lumpp
Nächste Ausfahrt: Weingenuss
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965843516



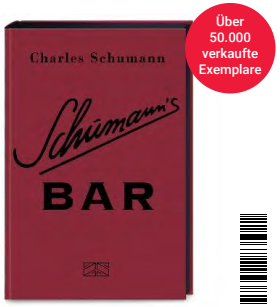
Otto Geisel
Wein & Genuss in Südtirol
34,– € (DE) | 35,– € (AT) | 9783965840324



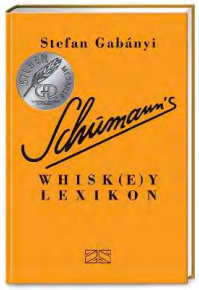
Margaret Rand (Hg.), Hugh Johnson
Der kleine Johnson 2026
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965845527



Owen Williams
Dry Bar
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965845497



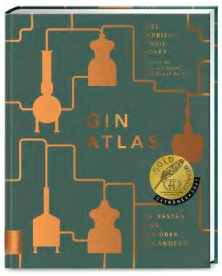
Charles Schumann
Schumann's Bar
38,– € (DE) | 39,10 € (AT) | 9783898835022



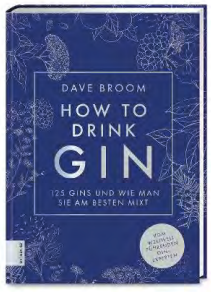
Günter Mattei, Stefan Gabányi
Schumann's Whisk(e)ylexikon
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783965840850



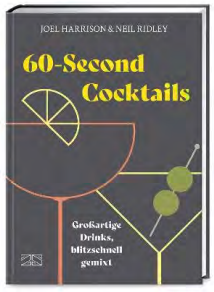
Dave Broom
Der Whisky Atlas
49,– € (DE) | 50,40 € (AT) | 9783965845480



Joel Harrison, Neil Ridley
Gin Atlas
39,99 € (DE) | 41,20 € (AT) | 9783965840713



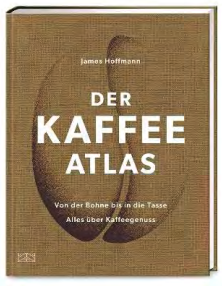
Dave Broom
How to drink Gin
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965842571



Joel Harrison, Neil Ridley
60-Second Cocktails
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965842588



DIE ZEIT
Drinks für jede Lebenslage
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783898839655

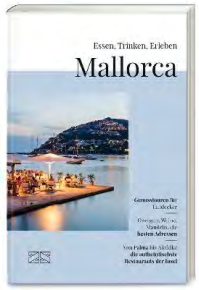


James Hoffmann
Der Kaffeeatlas
34,99 € (DE) | 36,– € (AT) | 9783965842977

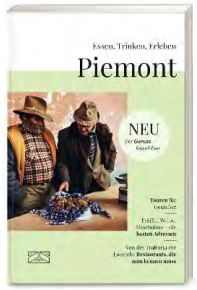


James Hoffmann
Der perfekte Kaffee für zu Hause
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965843202

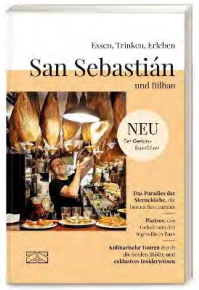
Highlights | Genuss-Reiseführer



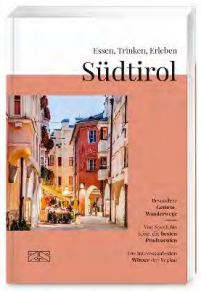
Peter Wagner
Essen, Trinken, Erleben – Mallorca
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965845077



Enzo Battaglia
Essen, Trinken, Erleben – Piemont
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965844025



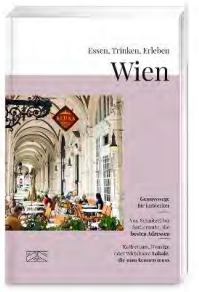
Sabine Spieler
Essen, Trinken, Erleben – San Sebastián
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965844032



Otto Geisel
Essen, Trinken, Erleben – Südtirol
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965845688



Stefan Maiwald
Essen, Trinken, Erleben – Venedig
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965845084



Stefan Rieß, Claudia Rieß
Essen, Trinken, Erleben – Wien
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965845671

Highlights | Mit der Maus



ZS-Team
Kochen und backen mit der Maus
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783898836517



ZS-Team
Gesunde Ernährung mit der Maus
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783965843868



Die Umwelt schützen mit der Maus
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783965842496



ZS-Team
Drinnen & draußen mit der Maus
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783965841017



ZS-Team
Weihnachten mit der Maus
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783965841543

Highlights | Kochen für Kinder



Christiane Kühnt, ZS-Team (Hg.)
Die Schule der magischen Tiere – Das Kochbuch
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965841284



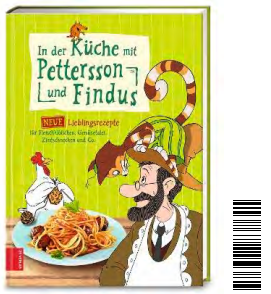
Margit Auer, Christiane Kühnt
Die Schule der magischen Tiere – Das Backbuch
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965843448



ZS-Team
Das Conni-Kochbuch
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783898837538



ZS-Team
Conni feiert Geburtstag
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783965840492



ZS-Team
In der Küche mit Pettersson und Findus
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783898838641



Maria Serdarusic
Mama kocht breifrei
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965842175



Maria Serdarusic
Gesunde Snacks für Kinder
18,99 € (DE) | 19,60 € (AT) | 9783965843400



Bjoern Behr, Christian Behr
Jetzt wird's bunt
25,– € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965843271



Annabel Karmel
Kunterbunte Kinderküche
16,99 € (DE) | 17,50 € (AT) | 9783965842458



Christiane Kühnt
Zack, fertig! Ich kann das allein!
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965840294

Highlights | Persönlich



Michael Bordt
Was in Krisen zählt
9,99 € (DE) | 10,30 € (AT) | 9783965841789



Über 62.000 verkaufte Exemplare

Michael Bordt
Die Kunst, sich selbst auszuhalten
10,– € (DE) | 10,30 € (AT) | 9783965843783



Monica Meier-Ivancan
Jetzt bin ich dran!
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965842847



Karo Kauer, Nina Dias da Silva
Unwritten
23,– € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965843967



Philip Husemann, Caroline Weimann
Die Politik von morgen
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965844636



Corey Keyes
Erschöpfung
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965844278



über 15.000 verkaufte Exemplare

Monica Meier-Ivancan
Shine on
24,99 € (DE) | 25,70 € (AT) | 9783965845060



Ulrike von der Groeben, Anna Butterbrod
Freiheit beginnt jetzt!
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965845138

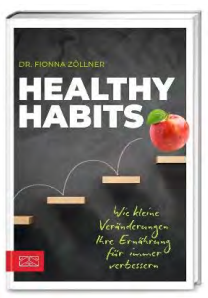


Vorgängertitel über 190.000 verkaufte Exemplare

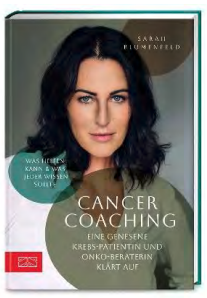
Eric Stehfest
9 Jahre Wahn
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965845695



Ellen Matzdorf, Verena Schmitt-Roschmann
Vom ersten bis zum letzten Atemzug
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965843486



Dr. Fionna Zöllner
Healthy Habits
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965843707

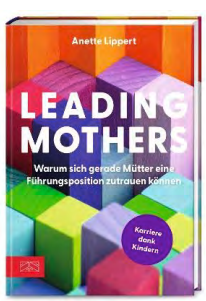


Sarah Blumenfeld
Cancer Coaching
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965843363

Highlights | Sachbuch



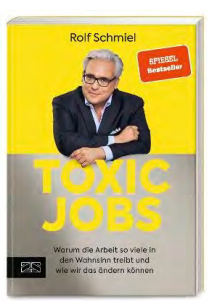
Jana Heinicke
Muttergefühle – Das Schönste, aber auch das Schwerste
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965845565



Anette Lippert
Leading Mothers: Warum sich gerade Mütter eine Führungsposition zutrauen können
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965843752



Will Guidara
Unvernünftige Gastfreundschaft
28,– € (DE) | 28,80 € (AT) | 9783965843769

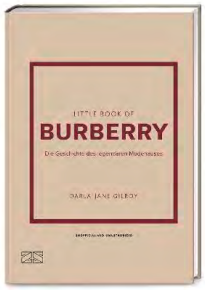


Rolf Schmiel
Toxic Jobs
19,99 € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965844681



Uli Hauser
Gemeinsam, anders, glücklich
22,99 € (DE) | 23,70 € (AT) | 9783965844568

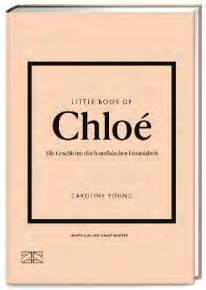
Highlights | Mode & Style



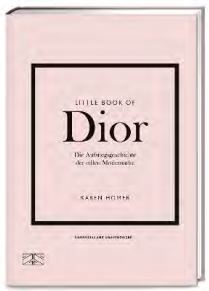
Darla-Jane Gilroy
Little Book of Burberry
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965843981



Emma Baxter-Wright
Little Book of Chanel
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965843684



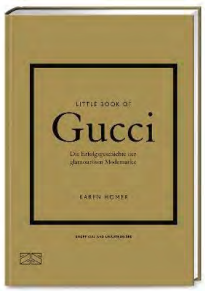
Caroline Young
Little Book of Chloé
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965845459



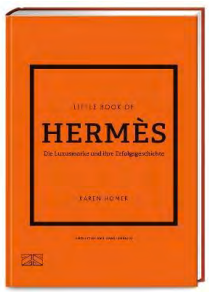
Karen Homer
Little Book of Dior
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965844247



Jessica Bumpus
Little Book of Dolce & Gabbana
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965844926



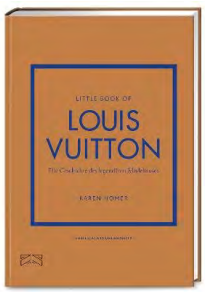
Karen Homer
Little Book of Gucci
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965843691



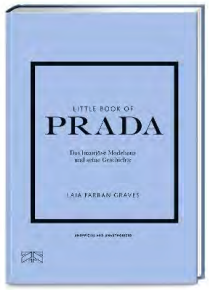
Karen Homer
Little Book of Hermès
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965844490



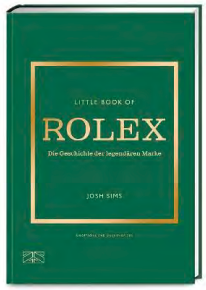
Emma Baxter-Wright
Little Book of Chanel by Karl Lagerfeld
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965845541



Karen Homer
Little Book of Louis Vuitton
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965843875



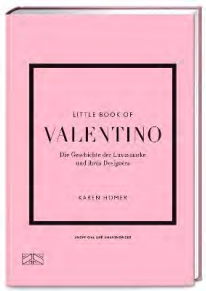
Laia Farran Graves
Little Book of Prada
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965844483



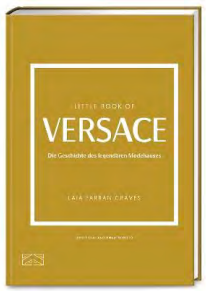
Josh Sims
Little Book of Rolex
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965844506



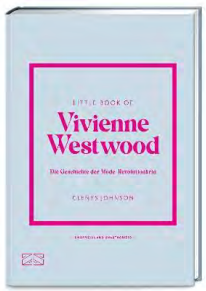
Tamara Sturtz-Filby
Little Book of Tiffany
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965845466



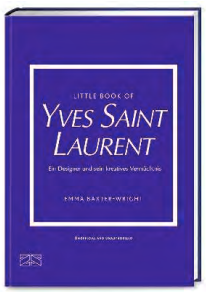
Karen Homer
Little Book of Valentino
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965844933



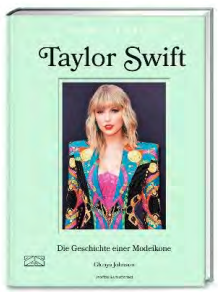
Laia Farran Graves
Little Book of Versace
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965843882



Glenys Johnson
Little Book of Vivienne Westwood
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965843998



Emma Baxter-Wright
Little Book of Yves Saint Laurent
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783965843349



Glenys Johnson
Icons of Style – Taylor Swift
20,– € (DE) | 20,60 € (AT) | 9783965844018



Aloïs Guinut
Little Book of Paris Style
15,– € (DE) | 15,50 € (AT) | 9783959104135