

Presstext

ca. 750 g Glück

Das kleine Buch von der großen Lust sein eigenes Sauerteigbrot zu backen.



Die Ur-Kultur des Teilens

Über die urigste, die einzig wahre, die echte Art Brot zu backen – mit selbst gezogenem Sauerteig – ist in den letzten Jahren viel geschrieben worden. Sauerteigbrot ist Trend von Kalifornien bis Kaltenkirchen. Von Zürich bis Zabriskie Point. Der Hippster tut es. Die ernährungsbewusste Selbstversorgerin tut es. Und der burnoutgefährdete Manager tut es. Doch Brotbacken mit Sauerteig ist mehr als ein Lifestyle-Hobby. Es kann unser Leben, unser Selbstverständnis, unsere Weltsicht und unsere Werte verändern.

Anfassbares, essbares, nachwachsendes Glück

Nichts lehrt uns mehr über Beziehungen und Liebe als ein Sauerteig. Dieser hochsensible Lebensgefährte lässt uns achtsamer, geduldiger, bescheidener, fürsorglicher, liebevoller, ordentlicher, zuverlässiger, großzügiger und glücklicher werden. Er macht unser Leben sinnvoller, geschmackvoller und geselliger. Deshalb ist dieses kleine Buch von Lutz Geißler und Judith Stoletzky viel

mehr als ein Brotbackbuch. Es ist das Rezept für ein glücklicheres Leben – und zwar mit Geling-Garantie. Weil es daran erinnert, was wirklich wichtig ist. Es ist eine Liebeserklärung an selbst gebackenes Sauerteigbrot und den sinnlichen Weg dorthin. An die Menschen, mit denen wir unsere Zeit und das, was wir haben, teilen möchten. Deshalb ruft dieses Büchlein nicht nur zum Backen auf, sondern dazu, den eigenen Sauerteigansatz und das selbst gebackene Brot mit Freunden oder denen, die es werden könnten, zu teilen.

Postdigital geteilte Freude ist doppelte Freude

Denn in Zeiten uferloser digitaler Reizüberflutung gibt es nichts Schöneres, keine bessere Entspannung und keine effektivere Therapie, als ein selbst hergestelltes Brot aus dem Ofen zu holen: ein duftendes, warmes, vollkommen analoges Stück Glück aus so einfachen Zutaten wie Wasser, Mehl und Salz. Nahrhaft, köstlich und befriedigend und etwas, das man wirklich teilen kann – mit Freunden aus Fleisch und Blut.

Bibliografische Daten

ISBN 978-3-95453-159-2
16,00 EUR (D), 16,50 EUR (A)
100 Seiten, Format 15 x 21 cm,
20 Fotos, gebunden

Text Judith Stoletzky
Rezept Lutz Geißler
Fotografie Hubertus Schüler

Ab dem 21. September 2018 im Handel.

Text zur Veröffentlichung freigegeben. Cover-Daten und Presstext zum Download im Pressebereich unter www.bjvv.de. Bilder stellen wir gerne zur Verfügung. Pressekontakt: Valerie Mayer, vm@bjvv.de, 02103 90788-15

**BECKER
JOEST
VOLK
VERLAG**