



**BECKER
JOEST
VOLK
VERLAG**

HERBST 2022
VERLAGSPROGRAMM

artfolio
In Qualität vernarrt.

Liebe Buchhändler:innen,

während der Erstellung der letzten Vorschauen waren unsere Gedanken von der Corona-Krise geprägt, direkt gefolgt von dem fürchterlichen Hochwasser und den Folgen. Niemand hätte wohl gedacht, dass diese Katastrophen noch mal in grausamer Weise übertroffen werden können.

Nun sitzen wir wieder an einer Vorschau und konzentrieren uns darauf, trotz der unfassbaren Verletzungen der Menschenrechte und des brutalen Angriffskriegs in der Ukraine unser Programm vorzustellen. Es fällt dabei schwer, nicht ständig an die Menschen und ihre Familien zu denken, die davon direkt betroffen sind. Die Belastung ist aktuell allgegenwärtig.

Wenn aber bei aller gefühlten Hilflosigkeit irgendetwas Trost spendet, dann sind das der weltweit wachsende Zusammenhalt, die Gemeinschaft vieler Völker und die gemeinsame Verantwortung für die geflohenen und bombardierten Betroffenen. Wir hoffen, dass die Hilfsbereitschaft und der Widerstand weltweit gegen diese brutale Aggression stark genug werden, um diese zu überwinden.

Trotz allem heißt es auch „Weitermachen!“. Das bedeutet für uns, wieder Bücher zu machen, die die Kraft haben, auch in so schweren Zeiten Freude, Inspiration und neue Fähigkeiten zu vermitteln. Wir hoffen, Sie und Ihre Kund:innen finden Gefallen daran.

Möge das Gute gewinnen.



Ralf Joest, Verleger

HERBST 2022

KOCHEN

ab Seite 60

NOVITÄTEN

ab Seite 2

LEBEN

ab Seite 72

AKTUELLES

ab Seite 34

DO IT YOURSELF

ab Seite 74

JUBELPREISE

ab Seite 46

GESUNDHEIT

ab Seite 76

TOPSELLER

ab Seite 48

GARTEN

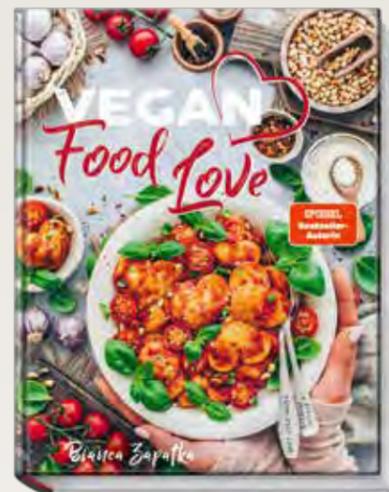
ab Seite 80

UNSERE NOVIS

Risikofrei bestellen mit
12 Monaten Rückgaberecht



33,00 EUR (D), 34,00 EUR (A)



30,00 EUR (D), 30,90 EUR (A)



32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)



32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)



33,00 EUR (D), 34,00 EUR (A)



32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)



32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)



30,00 EUR (D), 30,90 EUR (A)



www.mengenrechner.de Über 1.000 Neuanmeldungen pro Monat!

Spannender Mehrwert für unsere Leser:innen Sie haben noch Lebensmittelvorräte und suchen ein passendes Rezept? Sie würden gern aus unseren Büchern Einkaufslisten fürs Smartphone generieren? Sie wünschen sich Nährwertangaben zu den Rezepten? Sie möchten wissenschaftlich korrekt Ihren persönlichen Energiebedarf oder die aufgenommenen Kohlenhydrate berechnen? Einfach und kostenlos mit Ihrer E-Mail-Adresse anmelden!





Pilzgulasch mit Kartoffeln und frischem Spinat



VEGETARISCHE FEIERABENDKÜCHE



Christian Henze

FEIERABEND-BLITZREZEPTE VEGGIE

Vegetarische Köstlichkeiten,
schnell und easy gemacht
Text Christian Henze
Fotografie Hubertus Schüler
ca. 168 Seiten, ca. 80 Fotos,
Format 21 x 27 cm, gebunden, mit SU

32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)
ISBN 978-3-95453-264-3
WG 1455
ET September 2022



Großes Kartoffelrösti mit Avocado-Tatar



Tomatensalat mit Burrata und Pistazien-Croûtons

Alle Rezepte sind schnell
und mit maximal
5 Zutaten zubereitet!

Modern vegetarisch mit Bestseller-Genen

Die Lust auf unkomplizierte und schnelle, aber köstliche Rezepte ist präsenter denn je. So konnten sich auch die beiden bisher erschienenen Blitzrezept-Bestseller von Starkoch Christian Henze immer wieder an der Spitze der Ratgeber-Top-10 platzieren.

Genussvolles Kochen ohne großen Aufwand war schon immer eine Spezialdisziplin von Spitzenkoch Christian Henze. Als damaliger Privatkoch des Industriellenerben und Jetset-Stars Gunter Sachs konnte er diese Form des Kochens perfektionieren, als dieser immer wieder spätabends oder nachts – nach Streifzügen durch die mondänen Bars und Clubs – mit Freunden hungrig und durstig in seiner Residenz auftauchte. Hier galt vor allem eines: Es muss schnell gehen, es konnte nur das verwendet werden, was im Haus ist, und es muss natürlich perfekt zubereitet

sein. Wie man diese genussvolle Blitzküche auch zu Hause und perfekt ohne Fisch und Fleisch umsetzen kann, zeigt der Food-Trendsetter in diesem Buch. Mit raffinierten, modernen Gerichten mit nur fünf Zutaten gelingt die unkomplizierte, köstliche vegetarische Küche nach Feierabend wirklich jedem.

**Weit über 100.000 Mal verkauft:
„Feierabend-Blitzrezepte“ und „Feierabend-Blitzrezepte Express“**

**Christian Henzes Kochbücher erreichen
Spitzenwerte bei der Präsenz in den Medien**

**Schnelle, frische vegetarische Küche mit
TV-Unterstützung**



„1001 Nacht“-Bowl mit Minze, Datteln und Feta



Knusprige Feigenpizza mit zweierlei Käse



Süßkartoffel-Falafeln
auf Blattsalaten



Die pflanzenbasierte Gesundküche
von Dr. med. Anne Fleck (Doc Fleck)



Dr. med. Anne Fleck

GESÜNDER GEHT'S KAUM
Köstliche vegane Basisrezepte mit optionalen Miniportionen Fleisch und Fisch zur idealen Nährstoffversorgung
Text Dr. med. Anne Fleck
Rezepte Bettina Matthaei
Fotografie Hubertus Schüler
ca. 192 Seiten, ca. 80 Fotos,
Format 21 x 27 cm, gebunden

33,00 EUR (D), 34,00 EUR (A)
ISBN 978-3-95453-236-0
WG 1456
ET September 2022



Zucchinispiralen mit gebratenen Kirschtomaten



Champignonköpfe auf Grünkohl-Pistazien-Salat

„Eine optimale Ernährung liefert viel Pflanzenkost und clevere Strategien zur Nährstoffversorgung.“

Für alle, die sich vorbildlich ernähren wollen

Seit vielen Jahren zeigt Dr. med. Anne Fleck, Deutschlands renommierte Präventiv- und Ernährungsmedizinerin, auch im TV, wie man mit der individuell passenden Ernährung Krankheiten lindert, heilt oder vorbeugt. Aus langjähriger Erfahrung weiß sie, dass eine frische, ausgewogene und vor allem pflanzenbasierte Ernährung für die meisten Menschen viele gesundheitliche Vorteile vereint. Der Grund: Durch regionale, saisonale und vor allem naturbelassene Lebensmittel kann der Körper wesentlich besser mit natürlichen Vitaminen, sekundären Pflanzenstoffen und Ballaststoffen versorgt werden als mit vitalstoffärmerer Normalkost.

Mit den Rezepten in diesem Buch und kleinen Zusatzoptionen in Form von Fisch, Fleisch, Eiern und Milch gelingt es einfach, auch kritische Nährstoffe wie Protein, Eisen, Calcium, Selen, Vitamin B₁₂ und Omega-3-Fettsäuren in die Alltagsküche einzubauen. Dabei wird Fleisch aus artgerechter Herkunft oder

beim Fisch der Wildfang ungefährdeter Arten klar bevorzugt. Positiver Nebeneffekt: Darmmilieu und Immunsystem werden durch den hohen Ballaststoffanteil aus Pflanzenkost gestärkt, Heißhunger wird gedämpft und echter Genuss statt Verzicht erobert den Speiseplan. Alle Rezepte wurden von Dr. Anne Fleck und der vielfach prämierten Kochbuchautorin Bettina Matthaei neu entwickelt. Die Grundrezepte sind vegan, während die Zusatzoptionen potenzielle Nährstoffmängel ausgleichen.

Bestsellerautorin Dr. Anne Fleck, bekannt aus dem TV (ARD, NDR, RTL, 3sat, arte)

Optimale Ernährung, neuester Stand: einfach, schnell und pflanzenbasiert

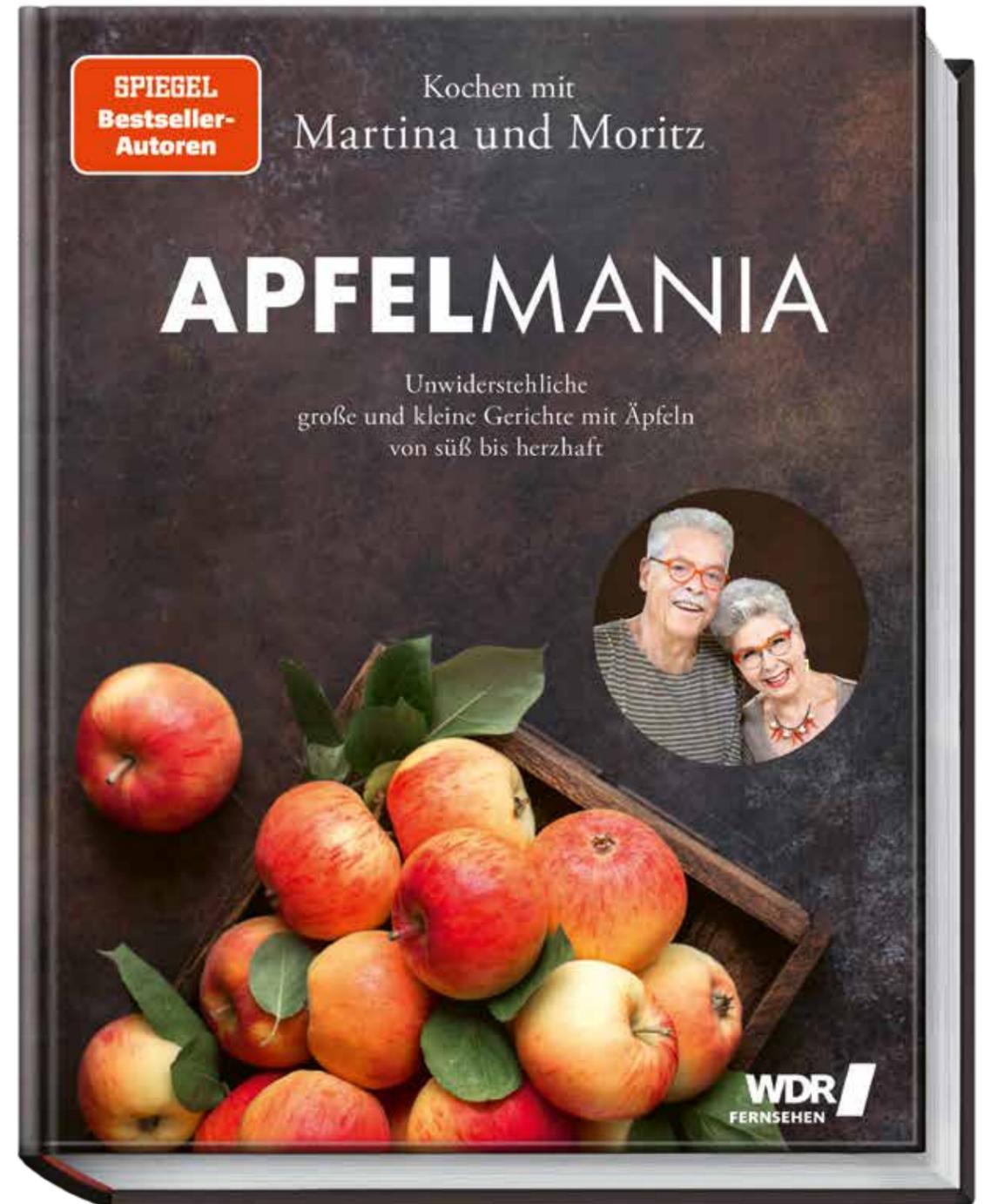
Mediales Interesse und TV-Auftritte: über 1 Million verkaufte Bücher der Autorin bisher



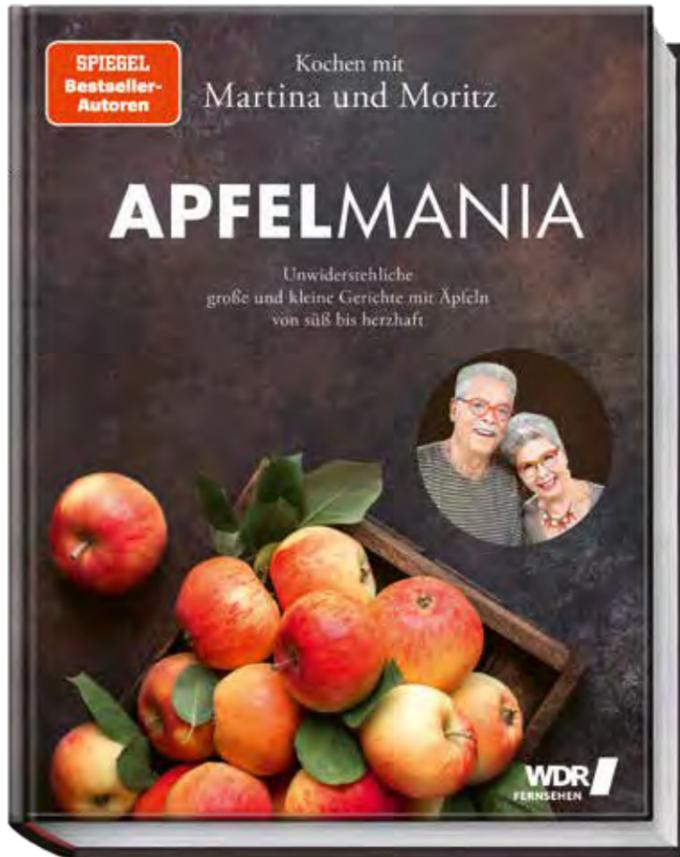
Rote-Bete-Zuckerschoten-Salat



Grüne Spargel-Brokkoli-Suppe



DAS ULTIMATIVE
APFEL-KOCHBUCH



Aktionspaket aus „Apfelmania“ und „Ein Tag ohne Kartoffelsalat“ inklusive Plakat ist bei Ihrem Vertreter erhältlich.

Martina und Moritz

APFELMANIA
Unwiderstehliche große und kleine Gerichte mit Äpfeln von süß bis herzhaft
Text Martina Meuth, Bernd „Moritz“ Neuner-Duttenhofer
Fotografie Volker Debus
ca. 192 Seiten, ca. 90 Fotos,
Format 19 x 24 cm, gebunden

32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)
ISBN 978-3-95453-271-1
WG 1455
ET September 2022



Blutwurst-Apfelstrudel



Coq au Vin aux Pommes – Huhn in Apfelwein mit Äpfeln

„Fruchtig im Geschmack, meist mit moderater Säure: Äpfel sind in der modernen Küche fast so vielseitig einsetzbar wie Zwiebeln.“

„Wir lieben Äpfel!“

Ob knackig grün, goldgelb oder verführerisch rot – Äpfel sind mit Abstand das Lieblingsobst der Deutschen. Das nun endlich Martina und Moritz, das beliebte TV-Kochpaar aus dem WDR, ein Apfelbuch machen, ist längst überfällig. Denn was die wenigsten wissen: Die beiden leben im Schwarzwald auf einem traumhaften Apfelgut, das sie mit Herz und Seele bewirtschaften. Dort ziehen und ernten sie ihre 18 liebsten Apfelsorten.

Haben Sie auch einen Apfelbaum im Garten und fragen sich jeden Herbst, wohin mit der kistenweisen Ernte? Und was wird dann daraus? „Kuchen, Kompott und Pfannkuchen“, werden die meisten antworten. Doch da geht weit mehr! Wie wäre es mit einem Apfel-Curry-Cremesüppchen zur Vorspeise, Coq au Vin aux Pommes als Hauptgericht und einer unvergleichlichen Tarte Tatin zum Dessert? In „Apfelmania“

teilen Martina und Moritz ihr Wissen über die gesunde Frucht und insbesondere über die schier unerschöpflichen Möglichkeiten der Zubereitung. Von süß bis herzhaft, von heiß bis kalt und von Heimat- bis zu moderner Crossover-Küche. Wie immer liefern sie Rezepte, die Spaß beim Kochen machen. Zusätzlich gibt es viele Tipps rund um die Lagerung und das Haltbarmachen der Äpfel.

Der Nachfolger des Bestsellers „Ein Tag ohne Kartoffelsalat ...“

Das Kultkochbuch zum Apfel – erscheint pünktlich zur Apfelsaison

Die letzten 4 Bücher der beiden Autoren haben sich bereits 130.000 Mal (MediaControl) verkauft



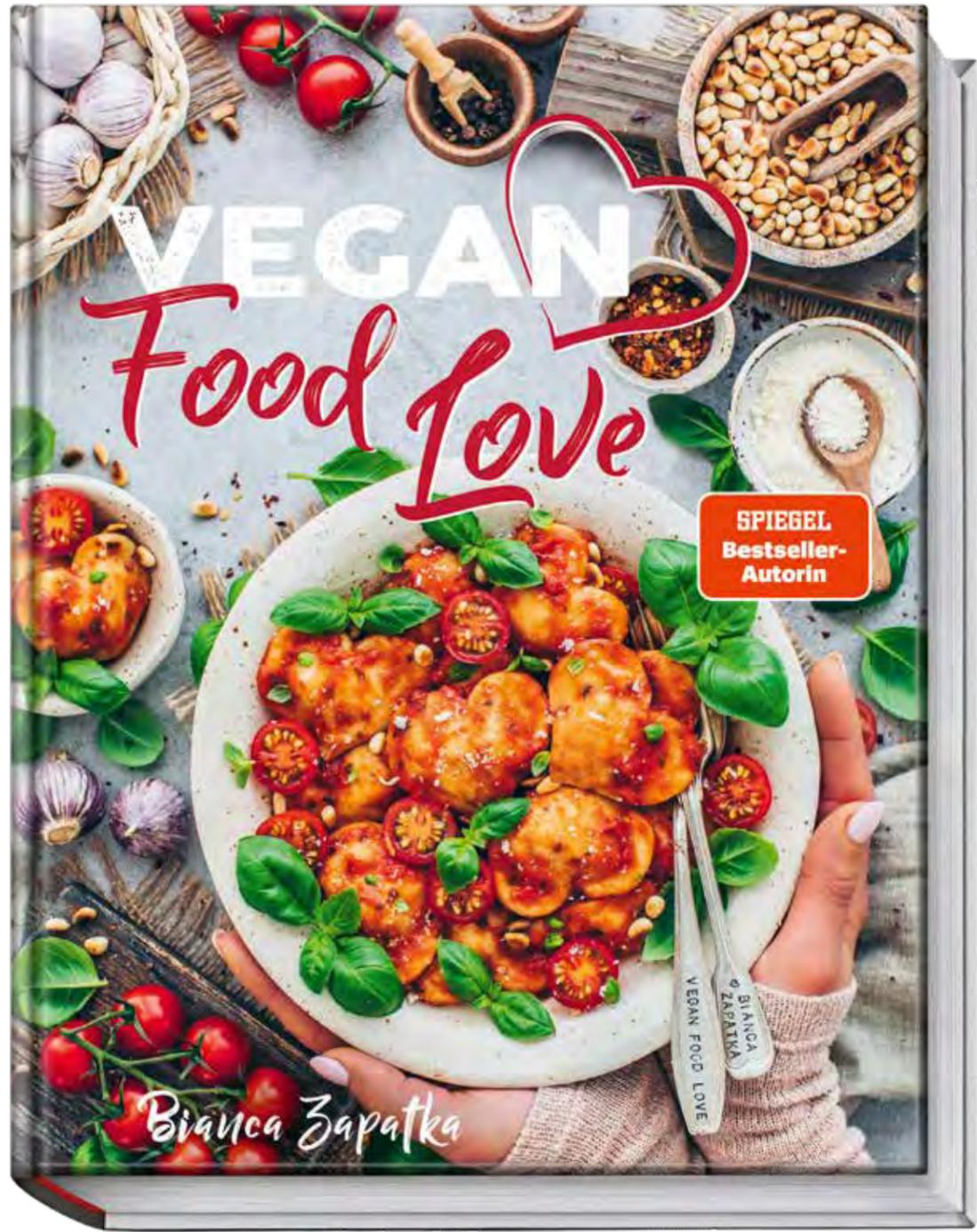
Apfelcremesüppchen mit Curry



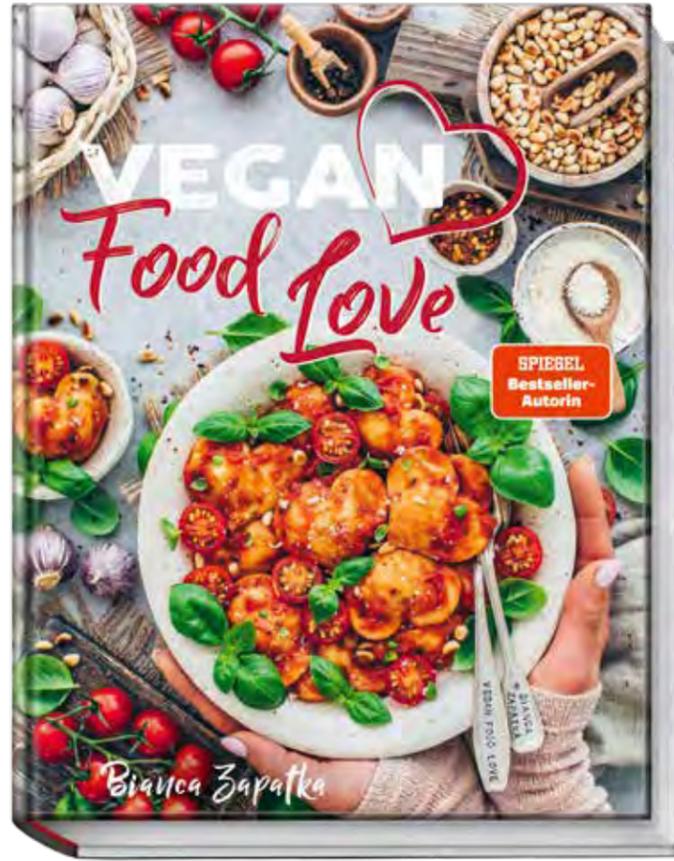
Tarte Tatin



Vegane Pho-Suppe



MIT LIEBE GEKOCHT



Sehr erfolgreicher Insta-Kanal

Bianca Zapatka

VEGAN FOOD LOVE
Verführerisch lecker
Text und Fotografie Bianca Zapatka
ca. 240 Seiten, ca. 90 Fotos,
mit vielen Step-by-Step-Fotos,
Format 21 x 27 cm, gebunden

30,00 EUR (D), 30,90 EUR (A)
ISBN 978-3-95453-273-5
WG 1456
ET September 2022



Spinat-Kartoffel-Puffer
mit veganem Käse



Himbeer-Schoko-Tarte

Vegane Gerichte zum Verlieben

Die Liebe zum Essen ist das Herzenthema von Food-Bloggerin, Kochbuch-Bestsellerautorin und Foodstyling-Queen Bianca Zapatka.

Liebe geht bei ihr nicht nur durch den Magen, sondern ist ihr schon beim Kochen und ganz besonders beim Anrichten ihrer veganen Gerichte wichtig. Für Bianca ist die Liebe zum Kochen immer ein Stück Liebe zu anderen Menschen, aber eben auch zu allen anderen Lebewesen. Deswegen soll sich immer auch ein gutes Gewissen mit an den Tisch gesellen. So kann die Welt mit jeder pflanzlichen Mahlzeit ein Stück besser und nachhaltiger werden.

Mit vielen hilfreichen Tipps, detaillierten Step-by-Step-Anleitungen und einfachen Zutaten kann wirklich jeder Biancas Lieblingspeisen nachkochen und genießen. Selbst einfachen Klassikern wie Bratkartoffeln mit veganen Frikadellen widmet sie dabei so viel

Liebe und Know-how bei der Zubereitung, dass jedem das Wasser im Mund zusammenläuft. Spätestens bei ihrer besten veganen Lasagne, den beeindruckenden veganen Hähnchenkeulen, den leckeren Muffins oder den Kuchen wie ihrem beliebten Zebra-Cheesecake, den gesunden Blondies oder der wunderschönen blauen Limetten-Tarte ist dann sowieso jeder Nicht-veganer vom Gegenteil überzeugt.

Der neue Bestseller von Deutschlands erfolgreichster Vegan-Autorin und -Influencerin

Mit bisher über 200.000 verkauften veganen Kochbüchern

Mit vielen genialen Tricks, um beliebte Klassiker ganz ohne tierische Zutaten nachzukochen

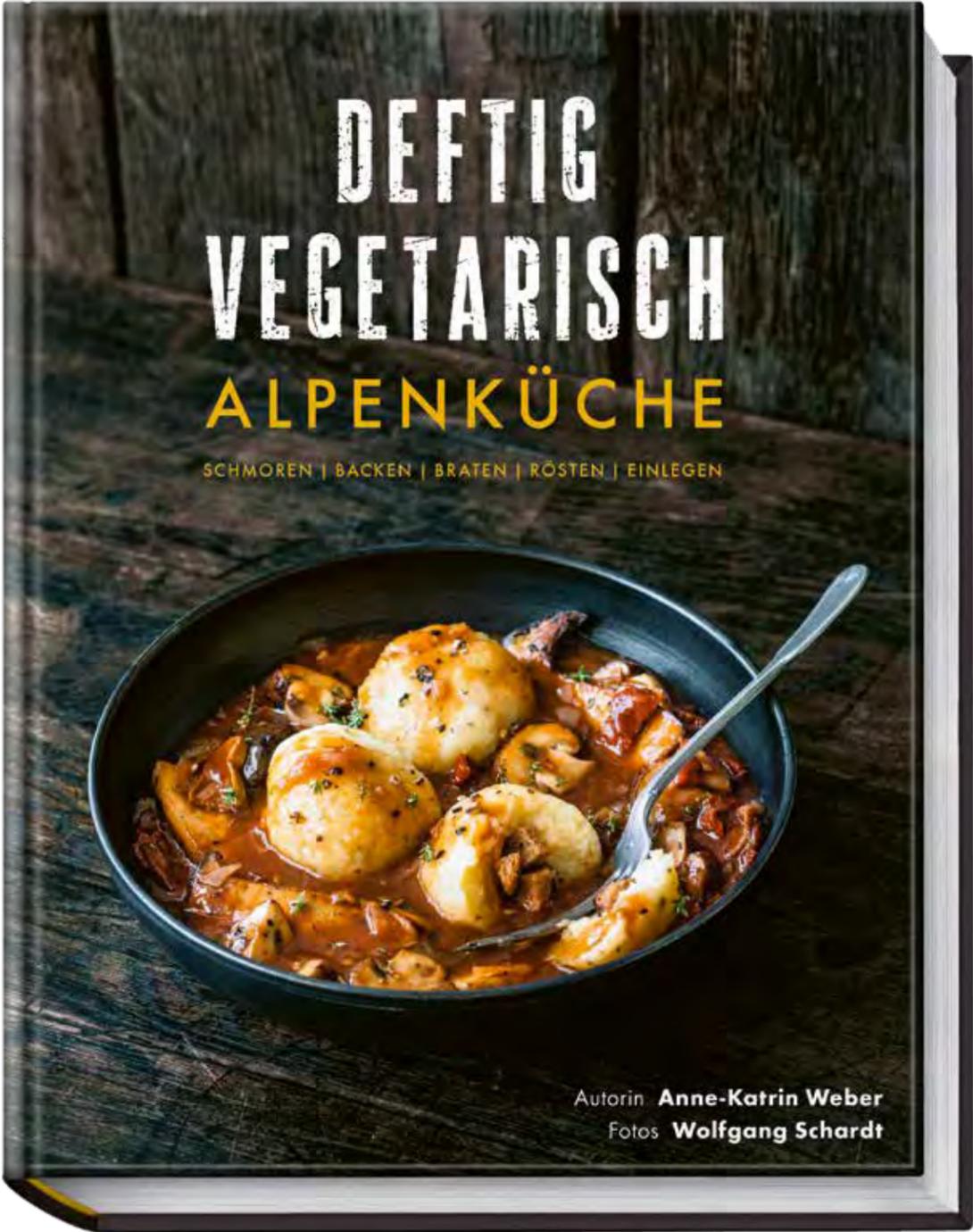
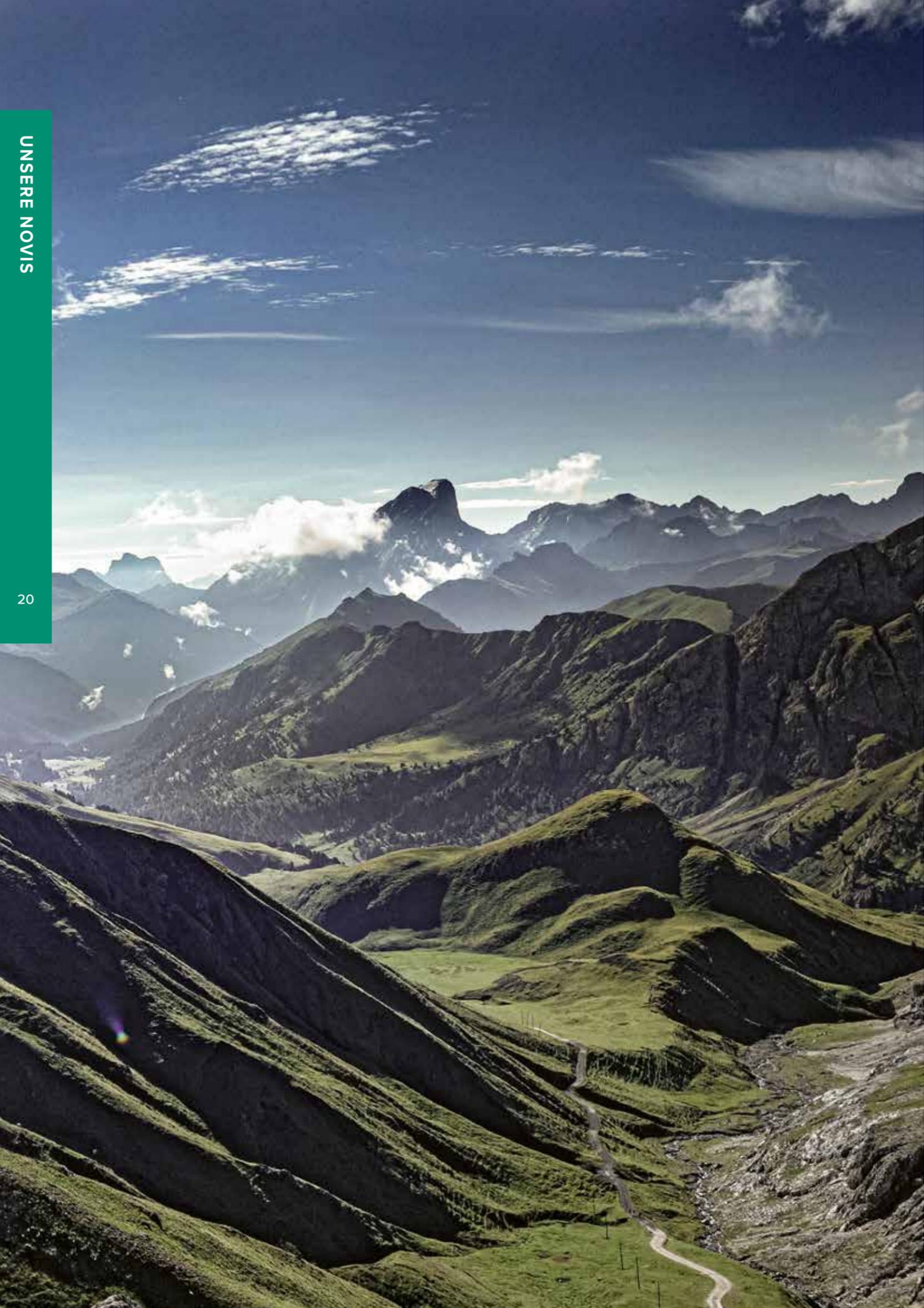
Eine beeindruckende Liebeserklärung an die vegane Küche!



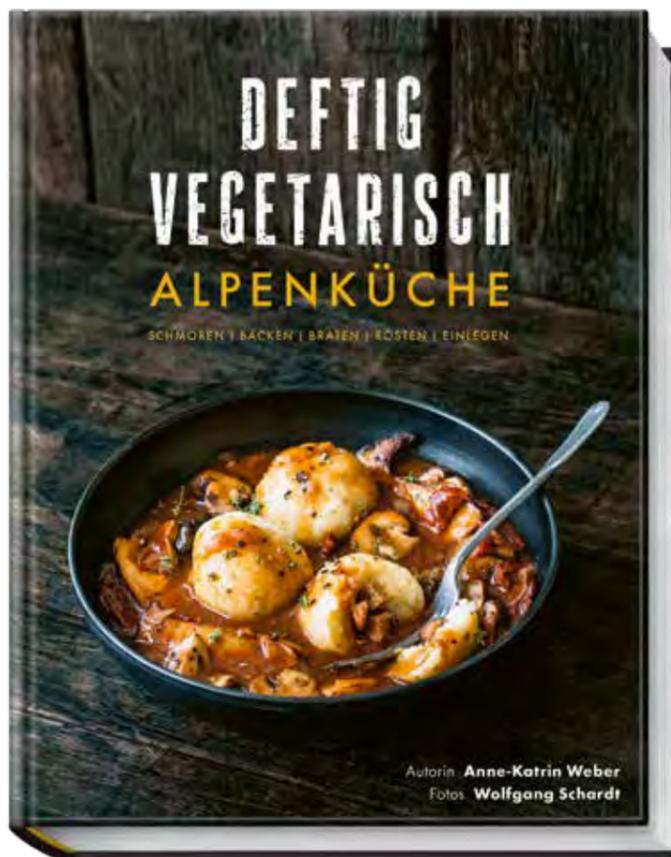
Weltbeste vegane Lasagne



Blumenkohl Popcorn-Style
mit süßsaurem Dip



WOHLFÜHLKÜCHE
AUS DEN ALPEN



Anne-Katrin Weber

DEFTIG VEGETARISCH – ALPENKÜCHE
 Schmoren, Backen, Braten, Rösten, Einlegen
 Text: Anne-Katrin Weber
 Fotografie: Wolfgang Schardt
 ca. 208 Seiten, ca. 80 Fotos,
 Format 21 x 27 cm, gebunden, mit SU

33,00 EUR (D), 34,00 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-267-4
 WG 1455
 ET Oktober 2022



Gemüsestrudel



Schupfnudeln mit Sauerkraut

**Nie war vegetarisch
 so aromatisch!**

Knödel, Käse, Kaiserschmarren ...

Alpenküche ist Sehnsuchtsküche, die mitten ins kulinarische Herz trifft. Wie zahlreiche andere Menschen ist auch die renommierte Kochbuchautorin Anne-Katrin Weber dem Zauber und der Küche der alpinen Bergwelt erlegen. In ihrem neuen Buch begibt sie sich auf eine Reise in die Alpen von Frankreich über die Schweiz, Deutschland, Österreich und Italien bis nach Slowenien. In allen Regionen wird Genuss großgeschrieben, gibt es traditionsreiche Spezialitäten, Gerichte, die ihre Einfachheit und Ursprünglichkeit bewahrt haben.

In über 70 Rezepten und stimmungsvollen Fotos nimmt die Autorin alle Kochbegeisterten mit auf eine kulinarische Entdeckungsreise. Los geht's mit einer zünftigen Brotzeit oder einer cremigen Suppe. Es folgen herzhaft Knödel, eine kräuterduftende Pasta oder ein würziges Käsefondue. Bei den süßen Schmankerln fällt die Wahl angesichts all der

herrlichen Mehlspeisen wie Topfenpalatschinken, Germknödel und Aprikosenstrudel schwer. Für die Vorratskammer empfiehlt die Autorin Tannenwipfelhonig, Bergkräutersirup, eingelegte Pilze und viele weitere Köstlichkeiten aus den Schätzen der Natur.

Herzstück der Alpenregionen sind die Almen, die uns mit bestem Käse versorgen. Impressionen über die traditionelle Herstellung von Alpkäse runden das opulente, bildgewaltige Kochbuch ab.

Deftig vegetarische Kost, die wirklich jeden packt

Aus der erfolgreichen „Deftig vegetarisch“-Reihe mit über 80.000 verkauften Büchern

Besonderes Medieninteresse an den Büchern von Anne-Katrin Weber und Wolfgang Schardt



Wildkräutersalat mit Schafskäse





Grüne Shakshuka mit Dampfkartoffeln



SO EINFACH GEHT KÖSTLICH!



Björn Freitag

EINFACH UND KÖSTLICH – VEGETARISCH

Das Beste aus Björn Freitags Heimatküche
 Text Björn Freitag, Thomas Mudersbach
 Fotografie Hubertus Schüler
 ca. 168 Seiten, ca. 70 Fotos,
 Format 21 × 27 cm, gebunden, mit SU

32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-269-8
 WG 1455
 ET Oktober 2022



Avocado-Omelette mit Honig



Grün-weißer Spargelsalat mit Ei

Björn Freitag ist ein Garant für köstliche Rezepte, die niemanden überfordern.

Lieblingsrezepte aus der beliebten TV-Sendung – jetzt auch vegetarisch

Dass Björn Freitags Rezepte bis weit über das WDR-Gebiet hinaus so beliebt sind, liegt wohl daran, dass seine Gerichte einfach rundum zufrieden machen. Immer wieder gelingt ihm der erstaunliche Spagat zwischen seiner vertrauten Bodenständigkeit und dem raffinierten Spin, der jedem seiner Rezepte eine ganz eigene, feine Handschrift verleiht. Seine Spezialität, aus frischen Produkten im Handumdrehen köstliche, schnelle und gesunde Gerichte zu kreieren, verzaubert im TV wöchentlich Tausende von Zuschauern.

Seit 2013 moderiert der sympathische Sternekoch nun schon die Sendung „Einfach und köstlich“ im WDR-Fernsehen. Dass vielen seiner Fans bisher gar nicht aufgefallen ist, dass ein erheblicher Teil seiner

Rezepte bereits vegetarisch ist, liegt wohl auch daran, dass man wirklich nichts vermisst. So geht moderne vegetarische Küche, die glücklich macht – weil sie köstlich schmeckt, wieder mal überraschend günstig ist und mit wenig Aufwand wirklich jedem gelingt.

3. Titel aus der Erfolgsreihe zur Sendung „Einfach und köstlich“ mit über 35.000 verkauften Exemplaren

Einfache vegetarische Gerichte des beliebten TV- und Sternekochs mit Pfiff und viel Geschmack

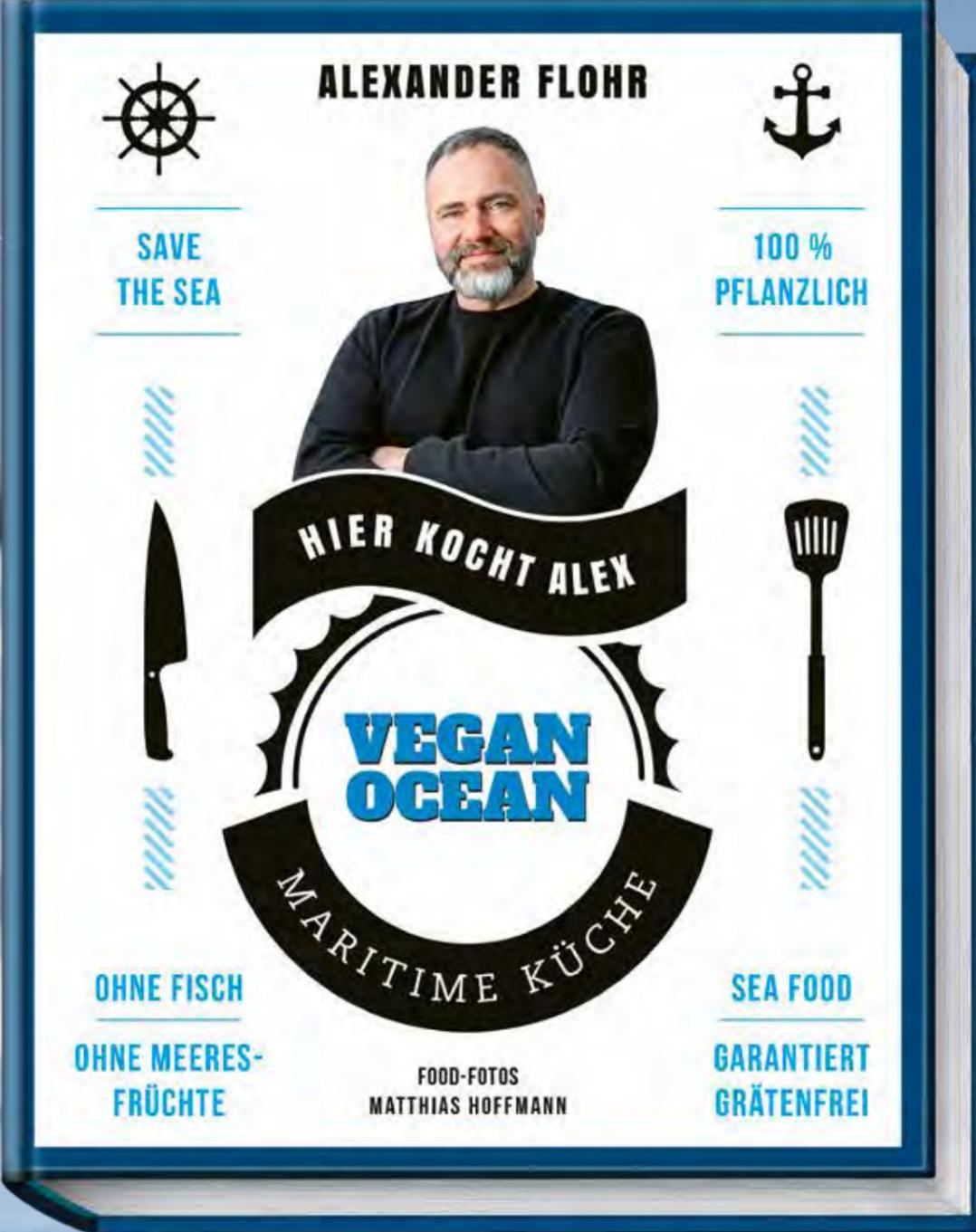
Mit medialer TV-Unterstützung und zahlreichen weiteren Veröffentlichungen in Printmedien



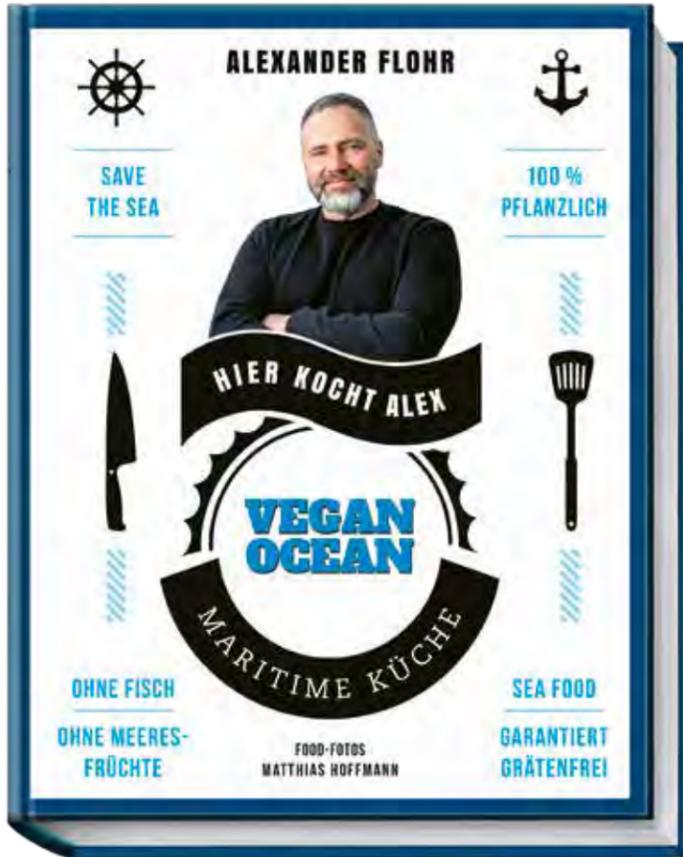
Linsen-Kokos-Dal mit Karotte und Sellerie



Schnelle kalte Tomatensuppe



VEGANE FISCHGERICHTE:
GARANTIERT GRÄTENFREI



Sehr erfolgreicher Insta- und Youtube-Kanal

Alexander Flohr

VEGAN OCEAN
Maritime Küche – garantiert grätenfrei
Text Alexander Flohr
Fotografie Matthias Hoffmann
ca. 192 Seiten, ca. 80 Fotos,
Format 19 x 24 cm, gebunden

32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)
ISBN 978-3-95453-272-8
WG 1455
ET Oktober 2022



Frischer Muschelnudelsalat



Frittierte Calamari



Krabbencocktail

„Wenn man einmal verstanden hat, dass Fisch nach Algen schmeckt und nicht Algen nach Fisch, ist alles ganz einfach.“



Frühstücksomelette



Popeye-Burger

Eine Reise an die raue Küste

Urlaub bedeutet für Alex Flohr, Kind Rostocks und passionierter Veganer, salzige Seeluft, raue Brisen und wehendes Schilf. Die Aromen des Meeres sind für ihn mehr als nur Kulinarik und die Küste mehr als nur ein Ort. In seinem Herzensprojekt „Vegan Ocean“ zeigt der bekannte Youtuber deshalb, wie man mithilfe von garantiert grätenlosen Fischalternativen neue Rezeptkompositionen zaubern kann. Mit kleinen Tricks und Kniffen, ausgesuchten Gemüsesorten und Algen lassen sich Fischgerichte mit erstaunlicher Ähnlichkeit zum flossentragenden Original herstellen.

Ein Buch genau zum richtigen Zeitpunkt, denn Meeresbiologen warnen schon lange vor der Überfischung der Meere und Dokumentationen wie „Seaspiracy“ (Netflix 2021) machen die Problematik einem noch breiteren Publikum bekannt. Mit veganen Antworten auf Sahnehering, Fischstäbchen, Labskaus und Kaviar zeigt Alex Flohr nicht nur, dass altbekannte Klassiker auch vegan funktionieren, sondern liefert

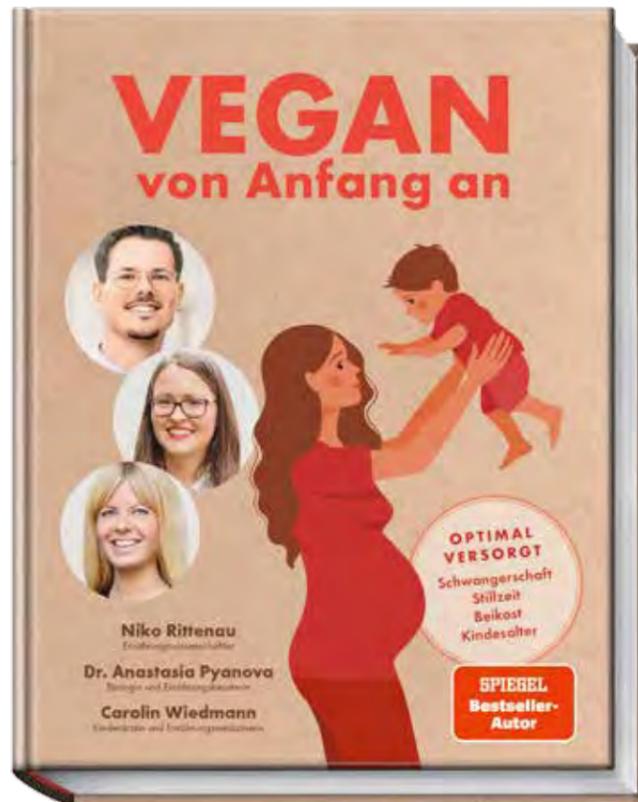
mit Dampfnudeln auf Algenpesto, maritimen Limetten- tofu oder dem saftigen Popeye-Burger ganz neue Inspirationen und Einblicke in die Vielseitigkeit, die pflanzliche Meeresaromen zu bieten haben. Auch bereits langjährig vegan lebenden Menschen eröffnet das Buch ganz neue Geschmackswelten.

Packt die Fischernetze weg und zieht die (Koch-) Jacke an! Hier kommen einfache und leckere Rezepte zum Artenschutz mit einer steifen Brise Meeresfrische.

Veganer Kultkoch vom Youtube- Kanal „Hier kocht Alex“

Das bisher einzige Themenkochbuch zu veganen Fischalternativen

Großes mediales Interesse am Thema in TV, Radio und Print



Niko Rittenau

VEGAN VON ANFANG AN
 Optimal versorgt: Schwangerschaft, Stillzeit, Beikost, Kindesalter
 Text: Niko Rittenau, Carolin Wiedmann, Dr. Anastasia Pyanova
 ca. 450 Seiten, Format 17 x 24 cm, gebunden

30,00 EUR (D), 30,90 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-237-7
 WG 1467
 ET September 2022



Vegan von Anfang an

Vegane Ernährung in den sensiblen Lebensphasen Schwangerschaft, Stillzeit und Kindesalter ist ein umstrittenes Thema, zumindest wenn man sich die Schlagzeilen in den populären Medien ansieht. Aber was sagt die Wissenschaft dazu? Die aktuelle Studienlage zeigt deutlich: Eine vegane Ernährung kann in jeder Lebensphase den Nährstoffbedarf decken und eine gesunde Entwicklung unterstützen – vorausgesetzt, sie ist gut geplant.

Was man bei der Planung beachten muss, wie man den Bedarf an allen kritischen Nährstoffen deckt und wie man eine gesunde pflanzliche Ernährung in diesen Lebensphasen im Alltag entspannt gestaltet, zeigen die Autor:innen in diesem Buch.

„Vegan von Anfang an“ beinhaltet eine umfassende Übersicht zu wissenschaftlichen Publikationen und Positionen der Fachgesellschaften zum Thema der veganen Ernährung sowie zahlreiche praktische Tipps und Erfahrungen von vegan lebenden Familien.

Damit stellt das Buch von Ernährungswissenschaftler Niko Rittenau, Kinderärztin und Ernährungsmedizinerin Carolin Wiedmann sowie Ernährungsberaterin und Biologin Dr. Anastasia Pyanova eine einzigartige und dringend benötigte, wissenschaftlich fundierte Übersicht aller relevanten Themen rund um die vegane Ernährung in Schwangerschaft, Stillzeit und Kindesalter dar. Ein Must-read für alle interessierten Familien!

Keine Angst mehr vor veganer Ernährung in Schwangerschaft, Stillzeit und Babyalter

Wichtiges Grundlagenwerk und Ratgeber für alle vegan lebenden Familien

Von Ernährungswissenschaftler Niko Rittenau, Dr. Anastasia Pyanova und Kinderärztin Carolin Wiedmann

„Eine klug umgesetzte vegane Ernährung bietet dem Nachwuchs einen weit besseren Start ins Leben als die durchschnittliche unbedarfte Mischkost.“

Niko Rittenau

„Als Kinderärztin und Ernährungsmedizinerin ist es mir ein Anliegen zu zeigen, dass entgegen der weit verbreiteten Vorurteile eine vegane Ernährung auch in sensiblen Lebensphasen wie dem Säuglings-, Kindes- und Jugendalter sowie in Schwangerschaft und Stillzeit möglich ist.“

Carolin Wiedmann

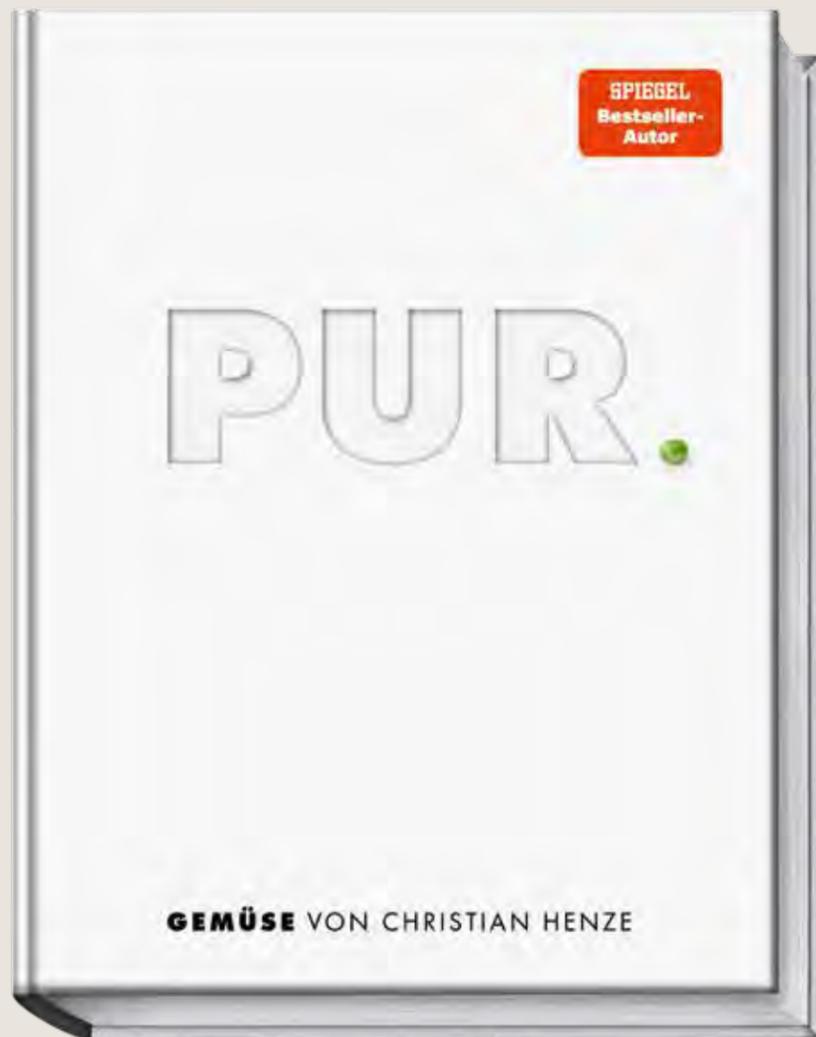
„Die wissenschaftliche Datenlage zum Thema der veganen Schwangerschaft zeigt, dass diese bei guter Planung sogar potenziell einigen Komplikationen vorbeugen und unter Berücksichtigung einiger Besonderheiten den erhöhten Nährstoffbedarf gut abdecken kann.“

Anastasia Pyanova

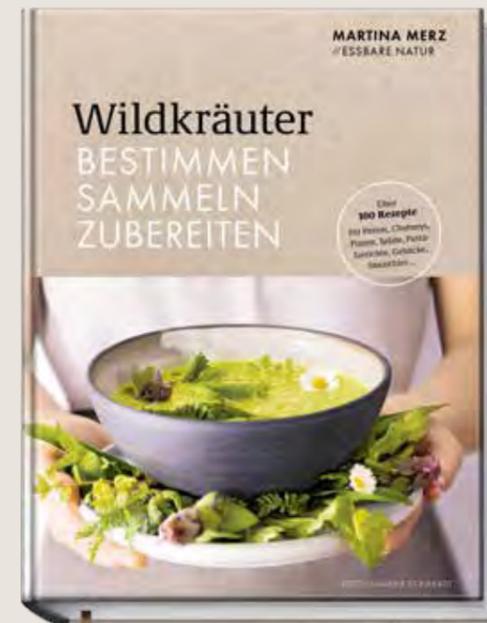


GERADE ERSCHIENEN

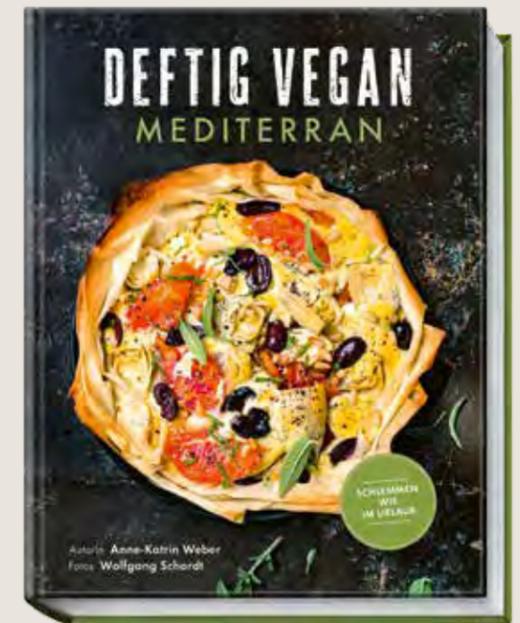
Aktuelle Bestseller



34,00 EUR (D), 35,00 EUR (A)



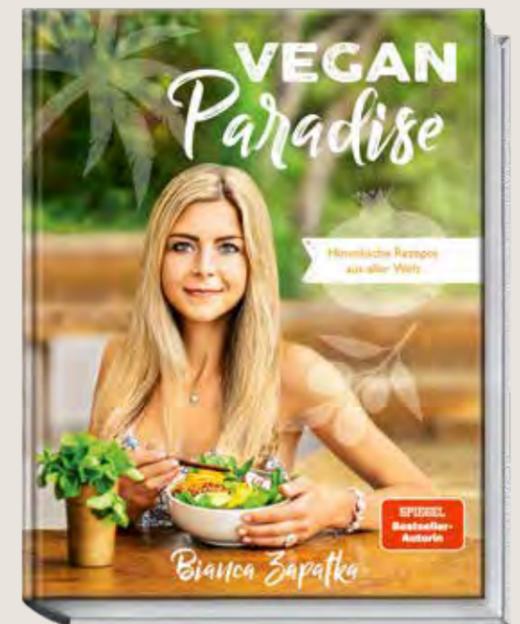
34,00 EUR (D), 35,00 EUR (A)



32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)

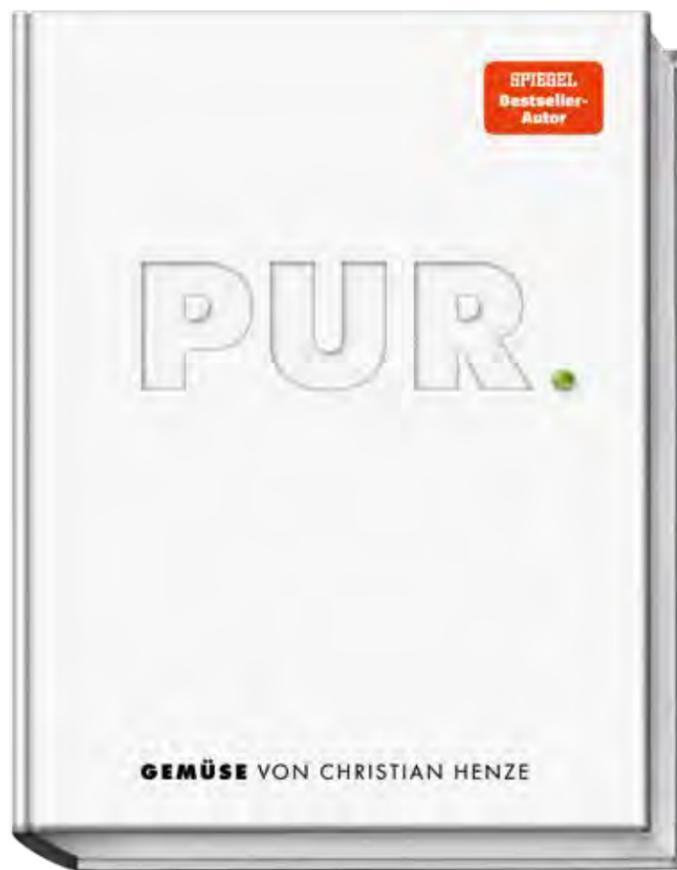


32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)



28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)





Christian Henze

PUR – GEMÜSE
 30 Gemüsesorten – die besten
 Zubereitungsarten in 80 Rezepten
 für köstlich einfache Gerichte
 Text Christian Henze
 Fotografie Hubertus Schüler
 240 Seiten, 110 Fotos,
 Format 21 x 27 cm, gebunden

34,00 EUR (D), 35,00 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-238-4
 WG 1450



Genuss pur

Die Zeiten, als Gemüse nur die Beilage auf dem Teller war, sind lange vorbei. Gemüse ist buchstäblich in aller Munde und findet immer mehr echte Fans. Aber während viele inzwischen in der Lage sind, ein nahezu perfektes Steak zu grillen, tut sich der eine oder andere beim Gemüse noch schwer – vor allem, wenn es darum geht, mit Gemüse als Hauptdarsteller auf dem Teller eine rundum überzeugende Köstlichkeit zu kreieren.

Dass eine perfekt karamellierte oder geschmorte Möhre einem deftigen Fleischgericht mühelos Konkurrenz machen kann, weiß der eine oder andere bereits aus der gehobenen Gastronomie. Für die Zubereitung zu Hause fehlt es aber oft an den notwendigen Tricks und dem perfekten Know-how.

In seinem Buch „PUR“ zeigt Christian Henze, Starkoch und lange Privatkoch des Milliardärs Gunter

Sachs, wie man Gemüse zu höchsten Ehren verhilft, ohne dabei mehr Zeit als nötig in der Küche zu verbringen. Für alle, die gern öfter Gemüse genießen wollen, gibt es im Buch jeweils zwei oder drei einfache, aber himmlische Zubereitungsarten für 30 Sorten.

Das Buch bietet puren Genuss für alle, die sich zu Hause im Alltag öfter mit Gemüse Rezepten verwöhnen möchten oder auch mal andere beeindrucken wollen.

Nachfolger vom Bestsellerautor von „Feierabend-Blitzrezepte“ und „Schlank geht auch anders“

30 gängige Gemüsesorten, immer ganz unterschiedlich und hinreißend lecker zubereitet

Das Kochbuch für alle, die gern einfach, aber raffiniert Gemüse genießen wollen



Karamellierter Babymangold



Gebackene Auberginenröllchen mit Ratatouille

„Zu wissen, was ich aus schönem frischem Gemüse zubereiten kann, macht mich schon beim Einkauf happy.“
 Christian Henze



Gebackene Karotten



Frittierter grüner Spargel



Sehr erfolgreicher Youtube-Kanal

Martina Merz

WILDKRÄUTER BESTIMMEN, SAMMELN, ZUBEREITEN
Über 100 Rezepte für Pestos, Chutneys, Pizzen, Salate, Pasta-Gerichte, Gebäcke, Smoothies ...
Text Martina Merz
Fotografie Sandra Eckhardt
288 Seiten, 560 Fotos,
Format 21 x 27 cm, gebunden

34,00 EUR (D), 35,00 EUR (A)
ISBN 978-3-95453-233-9
WG 1455



Gefüllte georgische Wildkräuter-Brote



Martina Merz

„Es gibt überall etwas zu finden, du kannst sofort beginnen und es schmeckt köstlich!“

Die Natur ist ein üppiger Garten ...

Schritt für Schritt liefert dieses Buch in leicht verständlicher Form notwendiges Hintergrundwissen und praktische Tipps, um in die faszinierende Welt der Wildpflanzen einzusteigen. Mit ihren wunderbaren Aromen und wertvollen Inhaltsstoffen sind sie eine echte Bereicherung in der modernen, gesunden, regionalen Küche und lassen sich oft sogar in der Stadt an vielen Orten ganzjährig finden. In über 100 neuen vegetarischen Rezepten, viele vegan, laktose- oder glutenfrei, zeigt die Autorin, wie man ganz einfach und köstlich auch Gäste nachhaltig beeindrucken kann. Beschrieben werden beliebte Klassiker wie Bärlauch, Löwenzahn, Sauerampfer, Holunder und Schlehe sowie unbekanntere, aber ebenfalls leicht zu findende Pflanzen, Blüten und Früchte.

Martina Merz hat sich ganz und gar der nachhaltigen Ernährung und einem Leben im Einklang mit der Natur verschrieben. Beruflich berät sie Erzeuger,

Hersteller und Händler in Sachen Design und Markenstrategien für Bioprodukte. In der Freizeit teilt sie ihr enormes Kräuterwissen auf ihrem erfolgreichen Youtube-Kanal ESSBARE NATUR, ausgezeichnet beim „Youtube Trendreport 2021“.

Ihr ist ein modernes Standardwerk gelungen, spannend für Neulinge, erfahrene Wildkräuterfans sowie alle, die gern gesund kochen, in der Natur unterwegs sind und sich für Selbstversorgung interessieren.

Vom sicheren Erkennen bis zum köstlichen Gericht, auch für Anfänger:innen geeignet

Reichweitenstarker Youtube-Kanal der Autorin; im Buch sind QR-Codes für Videohinweise

Praktisch für unterwegs: Pflanzenporträts lassen sich als Bestimmungskarten ausdrucken



Pellkartoffeln mit Wildkräuter-Joghurt-Sauce



Sommer-Pasta mit frischer Zucchini, Avocado und Zitrone

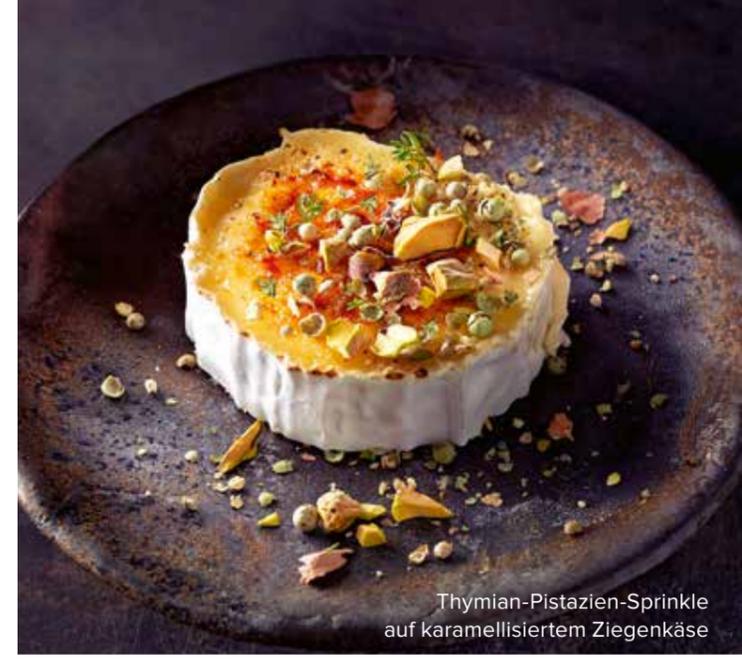


Bettina Matthaei

TOPPINGS
Das perfekte Finish für deine Lieblingsgerichte
Text Bettina Matthaei
Fotografie Hubertus Schüler
176 Seiten, 72 Fotos,
Format 21 x 27 cm, gebunden
32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)
ISBN 978-3-95453-239-1
WG 1450



Fruchtiges Paprika-Relish auf Kalbsfrikadelle



Thymian-Pistazien-Sprinkle auf karamellisiertem Ziegenkäse

„Kein Genuss ist vorübergehend, denn der Eindruck, den er zurücklässt, ist bleibend.“
Johann Wolfgang von Goethe

Das Topping macht den Unterschied.
Das Prinzip des Toppings ist fast so alt wie die Küche selbst. Denn der Parmesan auf der Pasta und die Röstzwiebeln auf dem Hotdog sind auch Toppings – nur inzwischen zu selbstverständlich, um sie noch als solche zu empfinden.
Im Fokus dieses Buches stehen jedoch die raffinierten Toppings, die mit Geschmack, Optik und Textur brillieren. Und weil Platzverschwendung so gar nicht zur Bestseller-Kochbuchautorin Bettina Matthaei und zu ihren fein ausgewogenen Rezepten passt, serviert sie Toppings immer mit spannenden Unterlagen, die für sich genommen schon eines Kochbuchs würdig sind. Ein Genuss für die Geschmacksnerven!

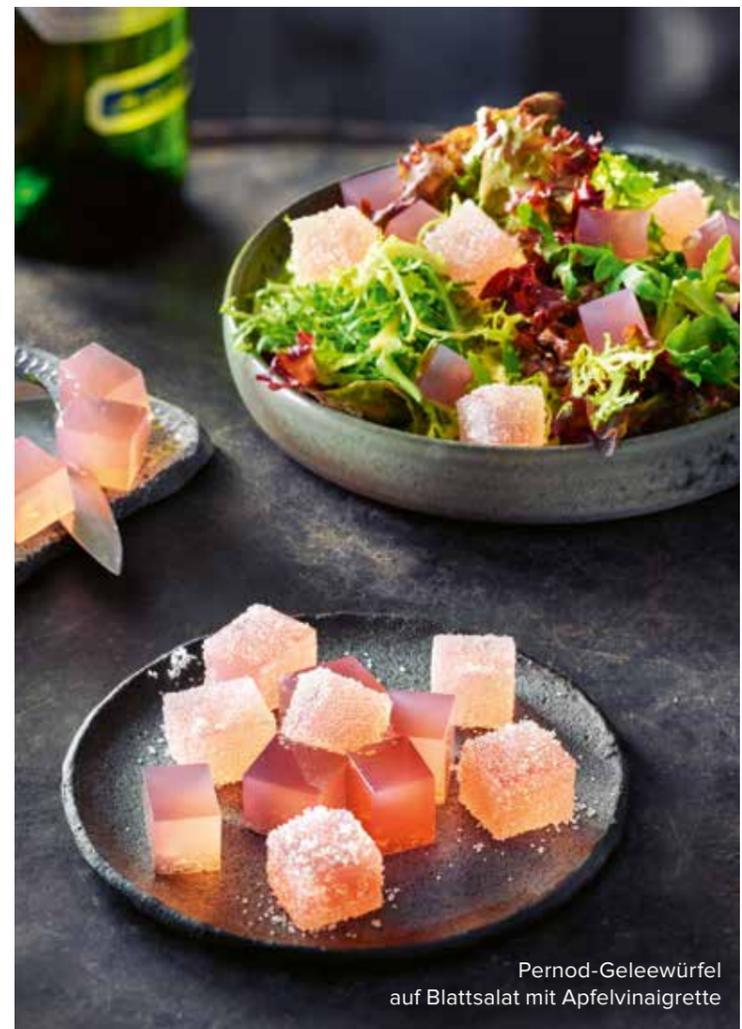
Die Stars im Buch sind krosse Crumbles, würzige Gremolatas, knusprige Chips und Granolas, Pestos und Chutneys, hinreißende Schäumchen, Krusten und Balsamico-Perlen sowie aromatisierte Geleewürfel und effektvolles Glas aus Karamell. All diese

i-Tüpfelchen auf dem Essen lassen sich mit unzähligen, oft auch einfachen Alltagsrezepten kombinieren. Die raffinierten Hingucker und erlesenen Texturen sind dabei oft leichter herzustellen, als man vielleicht vermuten würde, und in wenigen Minuten fertig.
Ein Buch für Geschmacksabenteurer:innen, die Lust auf Abwechslung auf dem Teller haben oder einfach ihre Rezepte und Kochkünste perfektionieren wollen.

Geballte Raffinesse von der mehrfachen Bestseller-Kochbuchautorin Bettina Matthaei

Ein einzigartiges Kochbuch, das hilft, mehr aus jedem einfachen Gericht zu machen

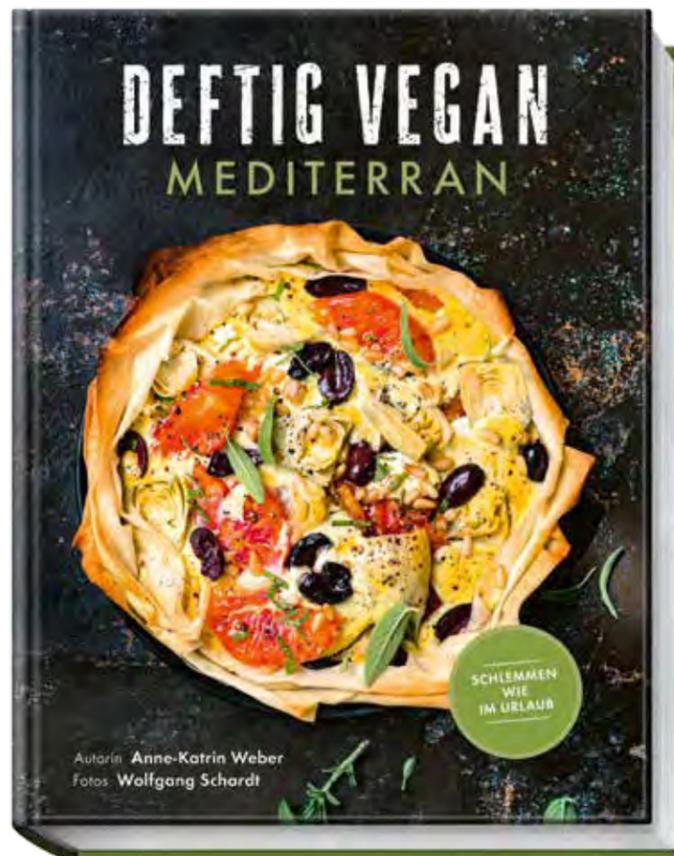
Von einfach bis ausgefallen: die 50 besten Toppings, serviert auf moderner kleiner Küche



Pernod-Geleewürfel auf Blattsalat mit Apfelvinaigrette



Quitten-Chutney auf Flammkuchenstreifen



Anne-Katrin Weber

DEFTIG VEGAN MEDITERRAN

Schlemmen wie im Urlaub

Text: Anne-Katrin Weber

Fotografie: Wolfgang Schardt

192 Seiten, 80 Fotos,

Format 21 x 27 cm, gebunden, mit SU

32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)

ISBN 978-3-95453-231-5

WG 1455



Kichererbsensalat mit Pimientos



Handgerollte
Nudeln mit Pesto

„Wer die pflanzliche Küche liebt,
wird ‚Deftig vegan‘ feiern.“

„Brigitte“ (02/2021) zum Vorgängertitel

Herrlich deftig: gesunde vegane Mittelmeerküche

Nach dem Erfolg von „Deftig vegan“ widmet sich die renommierte Kochbuchautorin Anne-Katrin Weber in diesem Buch ganz der pflanzlichen deftig-mediterranen Küche.

Gesund schlemmen ist nirgendwo leichter als in den Urlaubsländern am Mittelmeer. In diesem veganen Kochbuch nimmt die Köchin und Ökotrophologin Sie mit auf eine Reise in den sonnigen Süden und verwöhnt Sie mit über 70 veganen mediterranen Gerichten. Darunter finden sich viele beliebte Klassiker aus Italien, Spanien, Frankreich, Griechenland und der Türkei, aber auch moderne Interpretationen der südländischen Küche.

Alle Rezepte kommen ohne tierische Zutaten aus, strotzen dennoch vor Aroma und lassen weder Fisch und Fleisch noch Käse vermissen. Neben den Hauptzutaten sind aromatische Kräuter und Knoblauch, gesundes Olivenöl und Nüsse sowie Linsen oder Kichererbsen für den vollen, herzhaften Geschmack

verantwortlich – und natürlich eine Prise südländische Leichtigkeit.

Los geht's mit köstlichen geselligen Tapas und Antipasti. Es folgen üppige Salate, herzhaftes Suppen und geschmorte oder ofengebackene Gemüsegerichte. Pasta, Polenta und Pizza fehlen ebenso wenig wie süße Dolci und Kuchen zum Espresso. Ein Kochbuch für alle, die südländische Rezepte lieben und sich gut, gesund und genussvoll ernähren möchten.

Über 80.000 verkaufte Exemplare der Reihen
„Deftig vegan“ und „Deftig vegetarisch“

Für die Fans vegan-vegetarischer Kochbücher
von Anne-Katrin Weber und Wolfgang Schardt

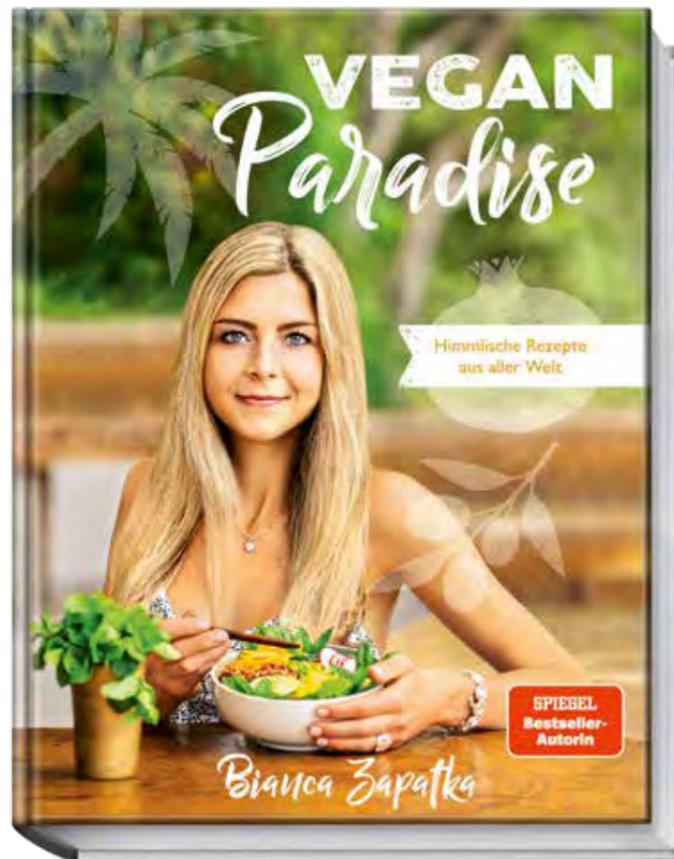
Köstlich-Deftiges aus der Mittelmeerküche
für alle, die öfter vegan kochen wollen



Tomatenquiches mit Basilikumöl



Focaccia mit Kartoffeln und Zwiebeln



Sehr erfolgreicher Insta-Kanal

Bianca Zapatka

VEGAN PARADISE

Himmliche Rezepte aus aller Welt
Text und Fotografie Bianca Zapatka
240 Seiten, 90 Fotos, mit
vielen Step-by-Step-Fotos,
Format 21 x 27 cm, gebunden

28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)
ISBN 978-3-95453-241-4
WG 1456



Tofu-Saté-Spieße



Poke Bowl mit Wassermelone-Thunfisch

Nach „Vegan Foodporn“
wird es mit Bianca Zapatka
jetzt paradiesisch!

Himmliche Rezepte aus aller Welt

Lust auf eine kulinarische Weltreise durch das vegane Paradies? In ihrem neuen Buch stellt die vegane Food-Bloggerin, Kochbuch-Bestsellerautorin und Foodstyling-Queen Bianca Zapatka köstliche pflanzliche Rezepte aus ihren liebsten Paradiesen around the world vor – asiatische, amerikanische, mediterrane, orientalische und karibische Klassiker und Lieblinge der Heimatküche.

Wer braucht schon Fleisch, Fisch und Eier, wenn es so viele überzeugende pflanzliche Alternativen gibt? Dieses Buch zeigt, dass vegane Gerichte alles andere als langweilig oder nur Fleischersatz sind. Mit hilfreichen Tipps, detaillierten Schritt-für-Schritt-Anleitungen und einfachen Zutaten können selbst Anfänger:innen Speisen zaubern, die die ganze Familie und Freund:innen im wahrsten Sinn nachhaltig

beeindrucken werden. Denn niemand muss Veganer:in sein, um Biancas neue Rezepte zu genießen. Von Broten über Suppen, Currys, Pasta-, Reis-, Kartoffel- sowie Pfannengerichte, Fleischalternativen, Saucen, Dips, Desserts und Kuchen bis zu healthy Fast Food: Alles ist konsequent mit einfachen Mitteln schnell und unkompliziert zubereitet.

Erfolgreichste deutschsprachige vegane Kochbuchautorin (230.000 verkaufte Bücher)

Starkes Thema: köstliche internationale Rezepte in veganisierter Form

Geballte mediale Unterstützung in TV, Radio, Print und Social Media (> 745.000 Follower)



Lemon Cheesecake



Thai-Ananasreis
im Ananasboot

JUBEL- PREISE

Solange der Vorrat reicht zum gebundenen Sonderpreis. Erfolgreiche Toptitel rund um gesunde Ernährung und Lifestyle – jetzt für kurze Zeit zum stark reduzierten Jubelpreis. Alle Titel sind aufwendig produziert und wunderbar fotografiert. Bisher über 60.000 verkaufte Exemplare!

Backlist at its best – die ausgesuchten Titel kommen zusammen auf weit über 200 Empfehlungen in Magazinen, Tageszeitungen sowie TV- und Radiosendungen. Wir freuen uns auf Ihre Order!



12,99 €
29,95 €

VÉRONIQUES KLEINE KLASSIKER
Véronique Witzigmann, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-149-3, WG 1457, 12,99 EUR (D), 13,40 EUR (A)



9,50 €
19,95 €

IN LOVE WITH VEGAN
Dimitria Nacos, 192 Seiten, Hardcover, 23,5 × 28 cm, ISBN 978-3-95453-099-1, WG 1455, 9,50 EUR (D), 9,80 EUR (A)



19,95 €
39,90 €

SICHTSCHUTZ IM GARTEN
Manuel Sauer, 168 Seiten, Hardcover, 30 × 24 cm, ISBN 978-3-938100-65-3, WG 1421, 19,95 EUR (D), 20,60 EUR (A)



9,99 €
29,95 €

RAN AN DEN SPECK
Helmut Gote und Prof. Dr. Ingo Froböse, 256 Seiten, Hardcover, 23,5 × 28 cm, ISBN 978-3-95453-082-3, WG 1455, 9,99 EUR (D), 10,30 EUR (A)



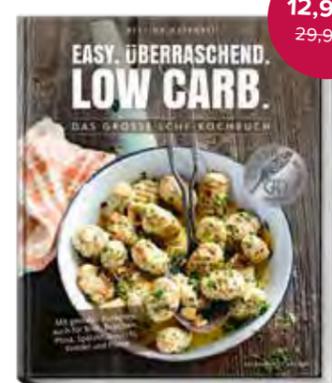
4,99 €
14,95 €

HÄKEL-STREET-STYLE
Thomas Jaenisch, Felix Rohland, Hardcover, 24,5 × 24,5 cm, ISBN 978-3-95453-034-2, WG 1412, 4,99 EUR (D), 5,20 EUR (A)



19,95 €
39,90 €

GARTEN UND TERRASSE
Gisela Keil, 256 Seiten, Hardcover, 30 × 24 cm, ISBN 978-3-938100-41-7, WG 1421, 19,95 EUR (D), 20,60 EUR (A)



12,99 €
29,95 €

EASY. ÜBERRASCHEND. LOW CARB.
Bettina Matthaei, 192 Seiten, Hardcover, 23,5 × 28 cm, ISBN 978-3-95453-112-7, WG 1456, 12,99 EUR (D), 13,40 EUR (A)



9,99 €
29,95 €

LOW CARB VEGETARISCH
Bettina Matthaei, 192 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-146-2, WG 1456, 9,99 EUR (D), 10,30 EUR (A)



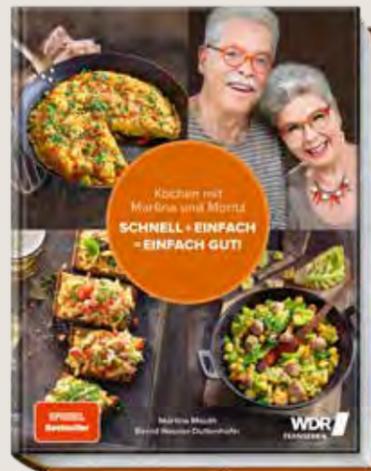
19,95 €
39,90 €

VORGÄRTEN
Volker Michael, 168 Seiten, Hardcover, 30 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-148-6, WG 1421, 19,95 EUR (D), 20,60 EUR (A)

UNSERE TOPSELLER



28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)



29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



35,00 EUR (D), 36,00 EUR (A)



26,00 EUR (D), 26,80 EUR (A)



35,00 EUR (D), 36,00 EUR (A)



30,00 EUR (D), 30,90 EUR (A)



32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)



32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)





» 40.000 verkaufte Bücher «

Christian Henze

FEIERABEND-BLITZREZEPTE EXPRESS

Maximal 15 Minuten mit nur 5 Zutaten
 Text Christian Henze
 Fotografie Hubertus Schüler, Kay Johannsen
 192 Seiten, 100 Fotos,
 Format 21 x 27 cm, gebunden, mit SU

28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-227-8
 WG 1455



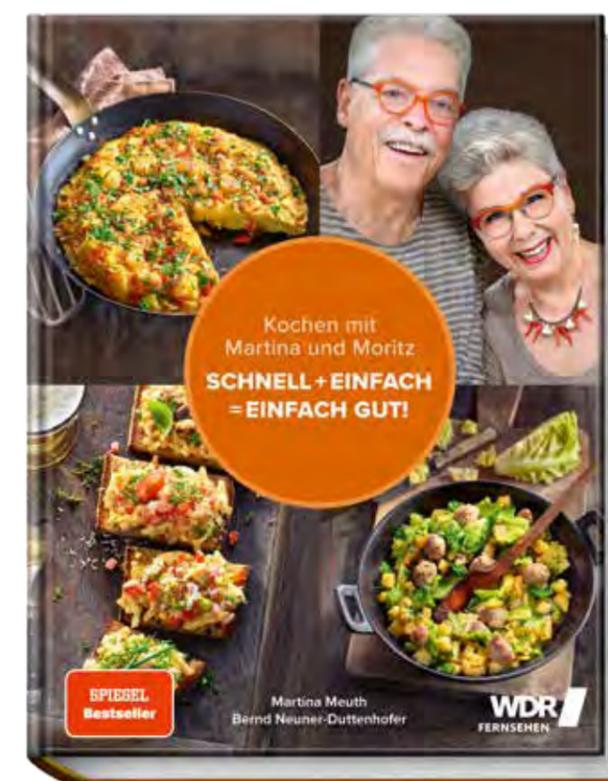
» 25.000 verkaufte Bücher «

Martina und Moritz

KOCHEN MIT MARTINA UND MORITZ

Schnell + einfach = einfach gut!
 Text Martina Meuth, Bernd „Moritz“ Neuner-Duttenhofer
 Fotografie Hubertus Schüler
 192 Seiten, 90 Fotos,
 Format 21 x 27 cm, gebunden

32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-215-5
 WG 1455



Nicht nur schnell, sondern Express

„Feierabend-Blitzrezepte“ gehört zu den beliebtesten und erfolgreichsten Kochbuch-Bestsellern der vergangenen Jahre. Dank der einfachen Umsetzbarkeit der köstlichen Rezepte konnte das Buch die Herzen unzähliger Fans erobern, die sich im Alltag gern unkompliziert, aber mit frischen Zutaten und ohne unerwünschte Zusatzstoffe ernähren.

Grund genug für Christian Henze, die Messlatte noch ein Stückchen höher zu legen: noch schneller, noch einfacher, noch weniger Stress beim Einkaufen. Herausgekommen sind Gerichte, die in 10 bis 15 Minuten auf dem Tisch stehen, aber wieder genauso genial schmecken.

Spitzen- und TV-Koch Christian Henze steht wie kein anderer Sternekoch für eine einfache, köstliche Küche, die begeistert. Viele Jahre durfte er für den prominenten Milliardär Gunter Sachs und dessen illustre Gäste kochen. Oft tauchte dieser mit vielen Freunden im Schlepptau mitten in der Nacht, völlig überraschend und hungrig nach Streifzügen durch die Szene, zu Hause auf. Die schnelle Antwort aus der Küche mit wenigen Zutaten wurde so immer mehr zu einer der Lieblingsdisziplinen von Christian Henze.



Frischkäsesnuggets auf Tomatensalat



Quesadillas mit Avocado und Hähnchen

Einfach und schnell – natürlich ohne Fertigprodukte!

Auch wenn die Zeit mal knapp ist, soll was Gutes auf den Tisch. Schnell und einfach ist einfach gut, finden deshalb die WDR-Fernsehköche Martina und Moritz. Sie versprechen: In 15 bis 30 Minuten ist das Essen fertig, pffiffig, köstlich und mühelos zubereitet. Das beginnt beim einfachen Einkauf, der manchmal sogar ganz entfallen kann, weil man sowieso alles im Haus hat.

Im Buch zeigen die beiden neue Rezepte für Pasta und Gerichte aus dem Wok, Schnuckeliges für eine Person, aber auch Ideen, wie man in einer halben Stunde ein richtig gutes Essen für Gäste auf den Tisch zaubert. Sie zeigen die Vorzüge des Schnellkochtopfs und packen Zutaten einfach aufs Blech; der Backofen übernimmt den Rest. Und am Ende gibt's natürlich schnelle Desserts, sogar Gebäcke, die zwar Zeit zum Abkühlen und Festwerden oder Backzeit im Ofen brauchen, aber absolut mühelos und im Handumdrehen zubereitet sind. Versprochen! Wie immer verraten die beiden ihre besten Tipps und Tricks und liefern Grundrezepte für originelle Basiszutaten wie Brühen oder Würzmischungen, mit denen das einfachste Gericht schnell verzaubert werden kann.



Florentiner



Spaghetti mit roher Tomatensauce



» Über **25.000** verkaufte Bücher «

Dr. med. Franziska Rubin

10 KRÄUTER GEGEN 100 KRANKHEITEN
 Heilsame Hausmittel: Tees, Salben, Öle, Tinkturen, Wickel, Bäder und Kochrezepte aus den gängigsten Küchenkräutern
 Text: Franziska Rubin, Gudrun Strigin
 Fotografie: Judith Bütthe
 320 Seiten, 134 Fotos,
 Format 19 x 24 cm, gebunden

29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-200-1
 WG 1465



Bestseller!
 Hier haben Sie den Salat.

Dr. med. Anne Fleck

SALATE DER SUPERLATIVE
 Die coolsten, simpelsten, gesündesten, feinsten, schnellsten, berühmtesten, deftigsten
 Text: Dr. med. Anne Fleck
 Rezepte: Bettina Matthaer
 Fotografie: Hubertus Schüller
 240 Seiten, 135 Fotos,
 Format 21 x 27 cm,
 gebunden, mit SU

29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-204-9
 WG 1455



Die Apotheke auf dem Fensterbrett

Sie geben köstlichen Gerichten den letzten Pfiff: die Küchenkräuter. Doch gerade in ihnen steckt so viel mehr als nur guter Geschmack: Sie sind voller heilsamer Wirkstoffe, die Sie wunderbar auch als Tee, Creme, Öl oder selbst hergestellte Lösungen mit erstaunlicher Wirksamkeit nutzen können.

Mit nur zehn Kräutern können Sie auf der Fensterbank eine hochwirksame Hausapotheke errichten, die sich zudem in der Küche nutzen lässt. In diesem Buch beschäftigt sich Dr. Franziska Rubin mit den Aromen in der Küche sowie mit der medizinischen Wirkung der bekanntesten Kräuter. Mit heißem Wasser übergossen ergeben sie heilsame Tees, desinfizierende Gurgellösungen oder schmerzlindernde Bade- und Wickelzusätze. Eine Kompresse mit Kapuzinerkresse hilft Ihnen bei Muskelschmerzen und Melisse bei Herpes oder Unterleibsbeschwerden. Das Gurgeln mit Salbei bekämpft wirksam Entzündungen im Rachenraum. Tees oder Bäder mit Rosmarin bringen den Körper in Schwung, Lavendel hingegen wirkt beruhigend. Und einige Kräuter verbessern sogar die Gedächtnisleistung. Gute Gründe, diese Schätze frisch oder gut konserviert im Haus zu haben.



Rekordverdächtig – in jeder Hinsicht

Salat ist allgegenwärtiger Lifestyle, unverzichtbarer Bestandteil moderner, gesunder Ernährung und unendlich vielfältig. Dabei kommt Salat fast von selbst schon dem Ziel einer entspannten, gesunden Ernährung entgegen: viel Abwechslung, frische, gesunde Zutaten und Kräuter sowie recht wenig Aufwand. Aber wie genau?

Dr. med. Anne Fleck, Deutschlands bekannteste Präventiv- und Ernährungsmedizinerin, hat mit der vielfach prämierten Kochbuchautorin Bettina Matthaer diese gesunde, lässige und machbare Küche noch alltagstauglicher und attraktiver gemacht. Da gibt es die feinsten, schnellsten, gesündesten, einfachsten, deftigsten oder angesagtesten Salate – jeweils ergänzt durch ein kleines, köstliches oder ganz besonders gesundes Extra. Herausgekommen ist ein einzigartiges Buch der Salat-Superlative für Fans der schnellen, gesunden und unkomplizierten Küche von Dr. med. Anne Fleck. Begleitet werden die besten Salate natürlich von den besten Dressings, Toppings und angesagten Begleitsnacks.



AUS DEM KAPITEL: DIE FEINSTEN



» 20.000
verkaufte Bücher «

Auch als E-Book erhältlich.

Lutz Geißler

DIE BESTEN FLADENBROTE DER WELT

Pizza, Flammkuchen, Focaccia, Pita, Naan, Tortilla und viele andere mehr
Text Lutz Geißler, Alexander Englert
Fotografie Hubertus Schüler
304 Seiten, 220 Fotos inkl. vielen Step-by-Step-Fotos,
Format 21 × 27 cm, gebunden

35,00 EUR (D), 36,00 EUR (A)
ISBN 978-3-95453-208-7
WG 1457



Das Beste von
Anne Fleck in einem Buch!

Auch als E-Book erhältlich.

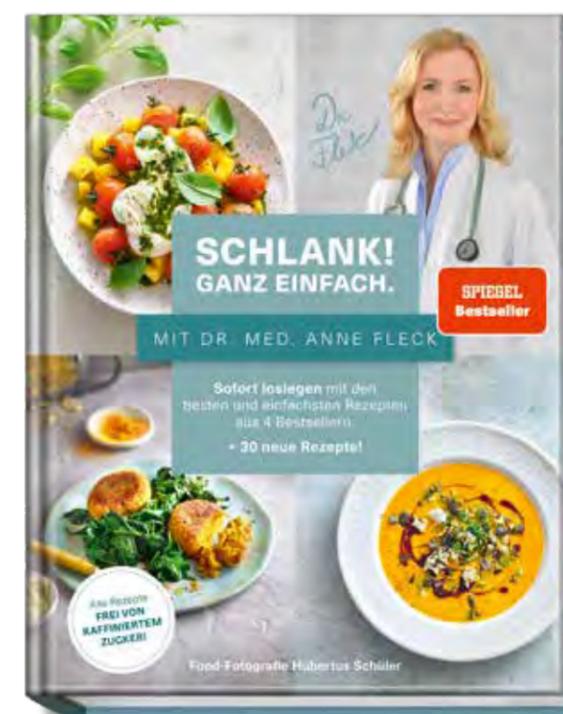
Dr. med. Anne Fleck

SCHLANK! GANZ EINFACH. MIT DR. MED. ANNE FLECK

Sofort loslegen mit den besten und einfachsten Rezepten aus 4 Bestsellern.

Text Dr. med. Anne Fleck
Rezepte Su Vössing, Bettina Matthaei
Fotografie Hubertus Schüler
192 Seiten, 71 Fotos,
Format 19 × 24 cm, gebunden

26,00 EUR (D), 26,80 EUR (A)
ISBN 978-3-95453-195-0
WG 1456



Kulinarische Höhen: flache Brote!

Wie lange ist es her, dass Sie Ihre letzte wirklich perfekte Pizza genießen konnten? Die nächste sollte jetzt auf jeden Fall in erreichbare Nähe gerückt sein. Mit diesem Buch werden Sie endlich die beste Pizza Ihres Lebens zaubern, und zwar zu Hause. Mit präzisen Rezepten, kleinen Kniffen und diesem Buch gelingt das nämlich auch im heimischen Ofen.

Und denken Sie erst an Focaccia, Flammkuchen, Pita, Dönertaschen, Lángos, Tortillas, Naan, Injeera, Dinnete oder Knäckebröt! Solche Delikatessen zu Hause zuzubereiten ist keine Frage des Könnens, sondern eine Frage des Wissens. Dieses Buch zeigt, wie es geht.

Lutz Geißler und Alexander Englert nehmen Sie mit auf eine Reise durch die Welt der flachen Brote – gefüllt, belegt oder überbacken. Die Pizza- und Fladenbrotrezepte sind so einfach wie möglich gehalten und dank vieler Schritt-für-Schritt-Fotoanleitungen sogar für Einsteiger:innen umsetzbar. Zeitpläne, Tipps und unzählige Varianten erleichtern das authentische Nachbacken im Alltag. Pizzabeläge, Fladenbrotfüllungen und würzige Beilagen runden die Rezeptwelt aus Backen und Kochen ab.



Burrito



Flammkuchen vegetarisch

Endlich schlank und gesund

Dr. med. Anne Fleck, Deutschlands renommierte Präventiv- und Ernährungsmedizinerin, sagt: „Gesunder Genuss und Lässigkeit gehören einfach zusammen.“ Die beliebte Internistin und TV-Ärztin wurde gleich zweimal für das beste Gesundheitskochbuch des Jahres geehrt.

Grund genug, die einfachsten, schnellsten und beliebtesten Rezepte von Anne Fleck aus vier Büchern in einem Buch für jeden Tag zusammenzufassen. Mit dem anti-entzündlichen Ernährungsansatz, der Darmflora und Stoffwechsel neu aufbaut, gelingt ihr, woran viele gescheitert sind: Gefährliche Fettpolster schmelzen kontinuierlich. Ihre Patienten werden nicht nur schlanker, gleichzeitig sinken die Risiken für Herzinfarkt, Schlaganfall, Diabetes, Fettleber, Demenz, Autoimmunkrankheiten und Krebs. Wer sich für einen gewissen Zeitraum nach diesen Rezepten ernährt, stoppt Zuckersucht, fettbedingte Entzündungsprozesse und Heißhungerattacken, füllt wichtige Nährstoffdepots auf und schafft es, die eigene Darmflora wieder auf schlank und gesund zu programmieren.

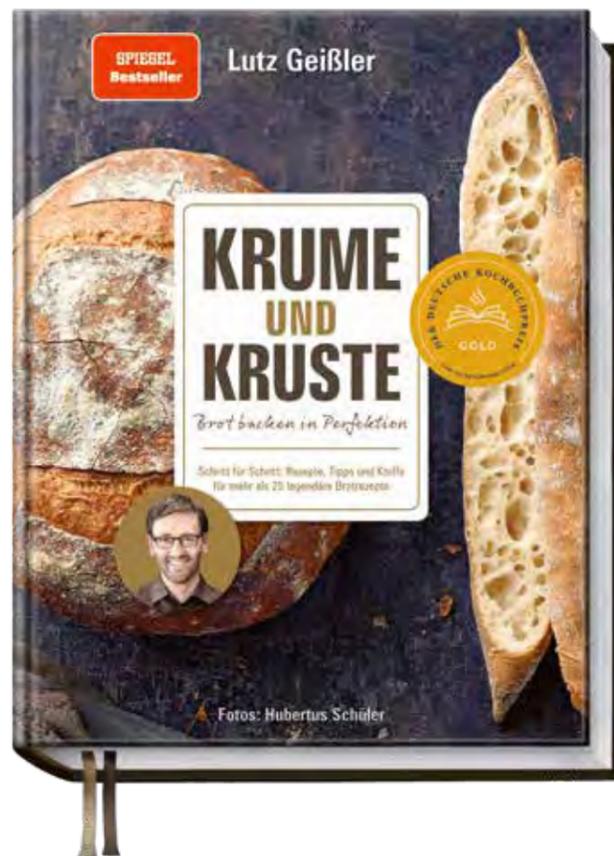
Die Rezepte wurden mit der Spitzenköchin Su Vössing und der Low-Carb-Spezialistin Bettina Matthaei entwickelt.



Kichererbsensuppe
mit Paprika und Estragon



Weltklasse-Flammkuchen mit Lachs



» 35.000 verkaufte Bücher «

Auch als E-Book erhältlich.

Lutz Geißler

KRUME UND KRUSTE
 Brot backen in Perfektion
 Text Lutz Geißler
 Fotografie Hubertus Schüler
 336 Seiten, 92 Fotos, mit vielen Step-by-Step-Fotos,
 Format 21 x 27 cm, gebunden
 35,00 EUR (D), 36,00 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-197-4
 WG 1457



» 60.000 verkaufte Bücher «

Auch als E-Book erhältlich.

Lutz Geißler

DIE BESTEN BROTRREZEPTE FÜR JEDEN TAG
 Mit illustrierten Zubereitungsschritten und lückenlosen Step-by-Step-Fotos!
 Text Lutz Geißler
 Illustrationen Sandra Weihe
 Fotografie Hubertus Schüler
 208 Seiten, 53 Fotos, mit vielen Step-by-Step-Fotos und Illustrationen,
 Format 19 x 24 cm, gebunden

30,00 EUR (D), 30,90 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-181-3
 WG 1457



Brot backen wie Gott in Frankreich

Nur wenigen deutschen Bäckereien gelingt ein ähnlich perfektes Baguette, wie es in Frankreich an fast jeder Ecke zu bekommen ist – mit zartsplittriger, röscher Kruste und fluffiger, saftiger Krume. Und wo können sich Brotfreunde noch ein echtes Roggenbrot mit tagelang frisch bleibender Krume und dunkel ausgebackener, dicker, knuspriger Kruste kaufen?

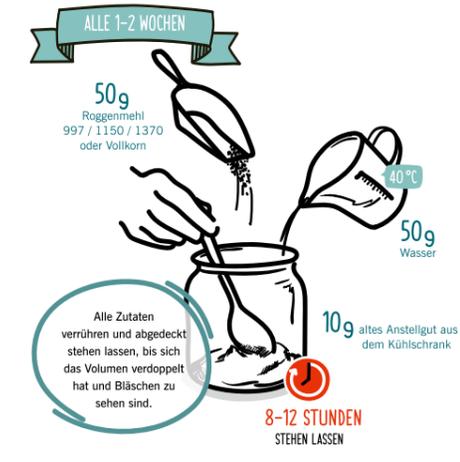
Warum nicht einfach zu Hause backen? Neben Mehl, Wasser, Salz, Hefe- oder Sauerteig braucht es für die perfekte Krume und Kruste vor allem die passende Gare, die richtigen Techniken am Teig, eine gute Bedampfung und manch anderen Kniff. Lutz Geißlers Buch geht diesen kleinen Handgriffen mit viel Liebe zum Detail nach. Mit den verständlichen Step-by-Step-Foto-Anleitungen gelingen die für ihre charakteristischen Krumen und Krusten bekannten Brote, Brötchen und Feingebäcke auch zu Hause authentisch und unwiderstehlich. Das Buch mit seinen in jeder Feinheit nachvollziehbaren 25 Rezepten und Varianten ist eine perfekte Anleitung für Anfänger:innen und Brotbackenthusiast:innen, wie sie diese Köstlichkeiten selbst zuverlässig nachbacken können. Die Ergebnisse machen dann nicht nur satt, sondern auch rundum glücklich.

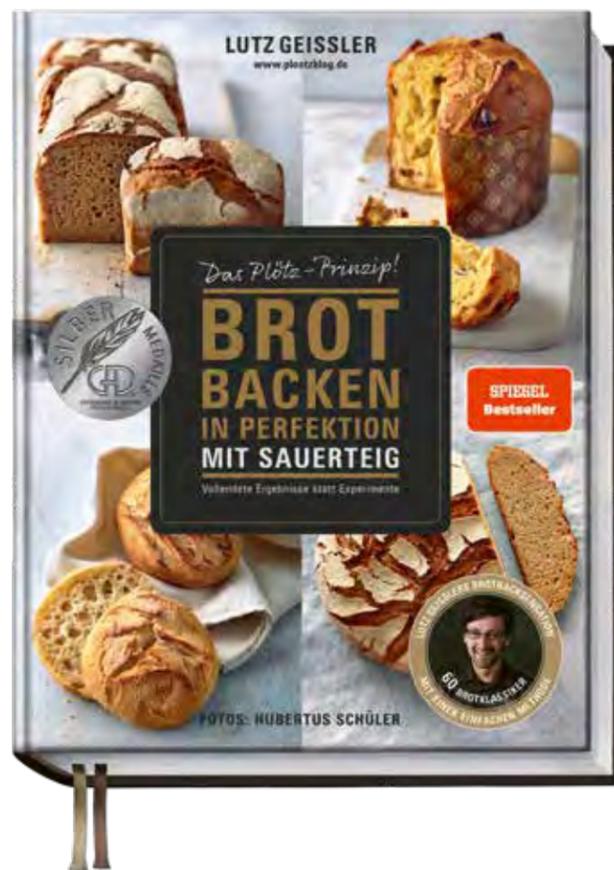


Einfach für alle

Brot backen kann ganz einfach sein, wenn man nur genau weiß, was zu tun ist. Das gilt selbst dann, wenn es um Brote mit höchstem Anspruch an Geschmack, Aussehen und Bekömmlichkeit geht. Die Tücke steckt hier jedoch, neben präzisen Zutatenlisten, oft in kleinen, besonderen Handgriffen und Knettechniken, bei denen es eben nicht egal ist, wie man sie ausführt, und auch nicht egal, wann.

Bestsellerautor Lutz Geißler und die brotbackbegeisterte Designerin Sandra Weihe haben für dieses Buch ein Konzept entwickelt, mit dem wirklich jeder auch im Alltag sicher zum perfekten eigenen Brot kommt. Entwickelt wurden dafür Rezepte, die vom Zeitplan in einem normalen Familienalltag umsetzbar sind. Mit präzisen Step-Fotos sind alle Handgriffe problemlos nachzumachen. Eine übersichtlich illustrierte Tafel hilft darüber hinaus dabei, dass Rezepte später ohne erneutes Lesen wiederholt werden können. Belohnt wird das nicht nur mit hinreißenden Backergebnissen, sondern auch mit unübertroffener Bekömmlichkeit durch die lange Teiggärung über Tag oder Nacht.





Bestseller!
» 120.000
 verkaufte Bücher «

Auch als E-Book erhältlich.

Lutz Geißler

**BROT BACKEN IN PERFEKTION
 MIT SAUERTEIG**

Vollendete Ergebnisse
 statt Experimente

Text Lutz Geißler
 Fotografie Hubertus Schüler
 192 Seiten, 214 Fotos,
 Format 21 × 27 cm,
 gebunden, mit SU

32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-139-4
 WG 1457



Bestseller!
» 140.000
 verkaufte Bücher «

Auch als E-Book erhältlich.

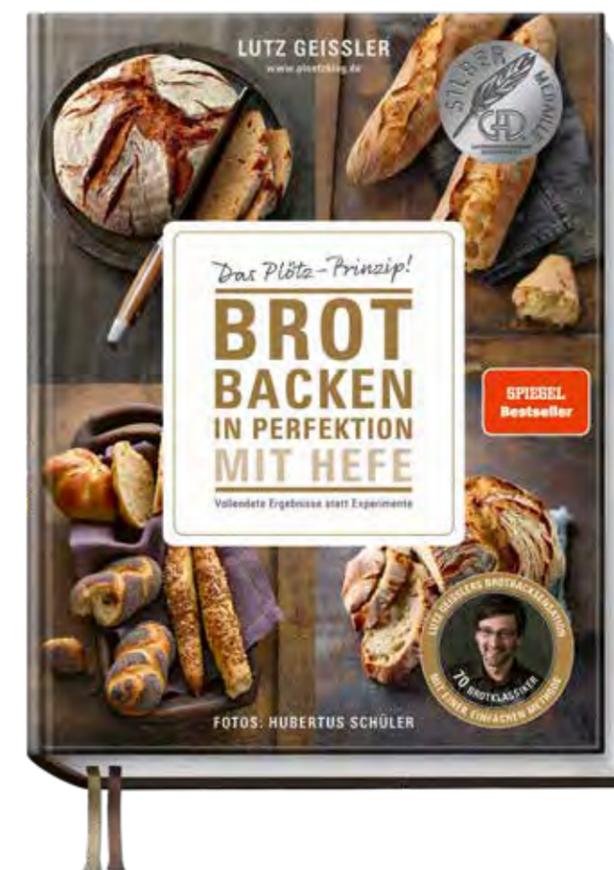
Lutz Geißler

**BROT BACKEN IN PERFEKTION
 MIT HEFE**

Vollendete Ergebnisse statt Experimente
 Text Lutz Geißler

Fotografie Hubertus Schüler
 192 Seiten, 200 Fotos,
 Format 21 × 27 cm,
 gebunden, mit SU
 und 2 Lesebändchen

32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)
 ISBN 978-3-95453-104-2
 WG 1457



Der denkbar einfachste Weg zu wirklich perfekten Sauerteigbrot

Das Plötz-Prinzip für Hefebrote ist bereits ein Bestseller. Nun legt „Backpapst“ Lutz Geißler mit Sauerteigbrot für Einsteiger:innen nach. Mit seinen äußerst präzisen Rezepten und ein paar einfachen Tricks ist noch nicht einmal eine Knetmaschine für ein perfektes Backergebnis notwendig. Ein normaler Ofen und handelsübliches Mehl genügen.

Lutz Geißler stellt die gängige Sauerteigbäckerei auf den Kopf. So verwendet er nur kleinste Mengen an Sauerteig und gibt den Teigen mindestens 24 Stunden Zeit zum Reifen. Innerhalb eines für den Alltag äußerst praktischen Zeitfensters von 12 und 24 Stunden werden alle Arbeitsschritte in wenigen Minuten erledigt. 60 Klassiker mit Sauerteig wie Roggenbrot, Schusterjungen, Schrotbrot und Pumpnickel, aber auch Rezepte aus Weizen und Dinkel, komplett ohne Zusatz von Backhefe, etwa für Baguettes, Ciabatta oder Frühstücksbrötchen, gelingen aufs Feinste. Selbst Süßes wie Milchbrötchen, Kuchen, Brioche und Franzbrötchen lässt sich mit Sauerteig in Perfektion backen. Mit präzisen Anleitungen gelingt alles wie von selbst und überzeugt mit wunderbarer Kruste, lockerer Krume und bester Bekömmlichkeit.



Möhren-Kartoffel-Brot



Ciabatta

Und genau so bekommen Sie es selbst hin!

Die Lust am Brotbacken steht und fällt mit den eigenen Erfolgen. Diese hängen jedoch nicht vom Schwierigkeitsgrad der Rezepte ab, sondern vor allem von der Genauigkeit der Beschreibung der Handgriffe. Bei diesem Buch war es das erklärte Ziel, perfekt aussehendes, schmackhaftes Brot mit einfachsten Mitteln herzustellen.

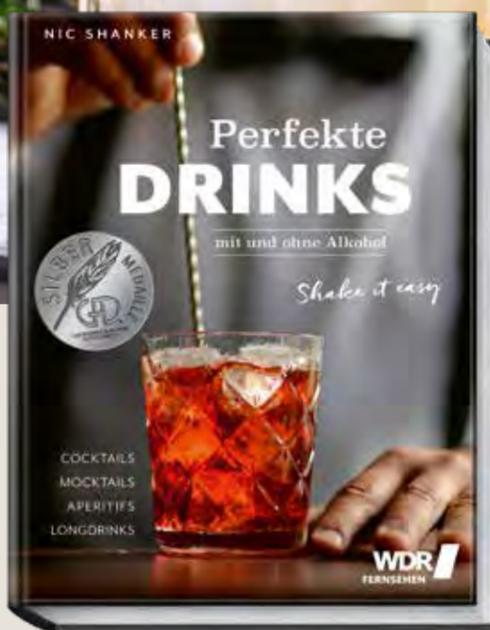
Lutz Geißler, erfolgreichster deutschsprachiger Brotbackbuch-Autor, hat die Rezepte präzise für die einfachen Bedingungen zu Hause angepasst. Die Ergebnisse können nicht nur optisch mühelos mit Broten aus der Bäckerei mithalten, sondern sind frei von jeglichen Zusätzen und geschmacklich unübertroffen. Die beiden Grundteige, die auch ohne Knetmaschine funktionieren, reifen einfach bei Raumtemperatur mit winzigen Hefemengen in etwa 24 Stunden. Gebacken wird in einem Topf oder auf Blechen im Ofen. So lassen sich zu Hause Weizen und Dinkel, auch mit Zusatz eines Roggenanteils, unerwartet perfekt verarbeiten. Mit den präzisen Schritt-für-Schritt-Anleitungen gelingen die schönsten Krusten und die grobporige Krume wie von selbst.



Zwiebelbrot



Butterhörnchen



Neuaufgabe mit neuem Cover und Vorwort von Roland Trettl

Shake it easy
links: Virgin White Mary, rechts: Virgin Mary

PERFEKTE DRINKS MIT UND OHNE ALKOHOL – SHAKE IT EASY
Nic Shanker, Anja Tanas, 192 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-274-2, WG 1458, 22,00 EUR (D), 22,70 EUR (A)



LIEBLINGSESSEN – EINFACH UND KÖSTLICH Björn Freitag, Thomas Mudersbach, 168 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-207-0, WG 1455, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



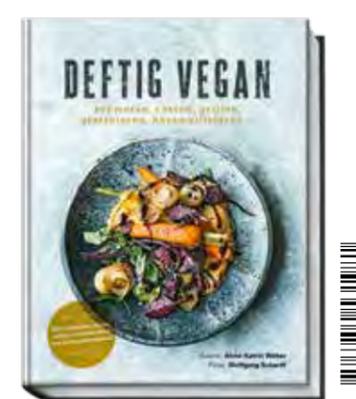
ECHT SIZILIANISCH KOCHEN Marinella Sammarco, Natascha Ziltz, 224 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-203-2, WG 1454, 29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



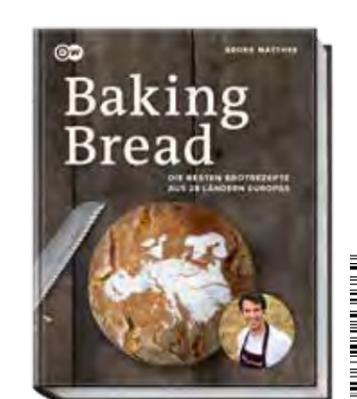
UNSER KULINARISCHES ERBE Jörg Reuter, Manuela Rehn, 320 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-185-1, WG 1453, 29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



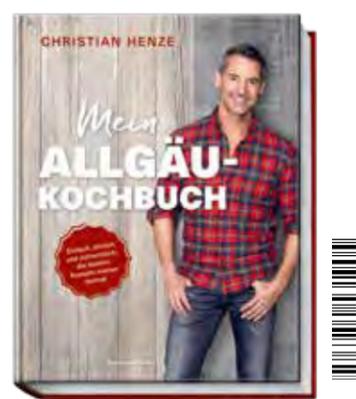
FEIERABEND-BLITZREZEPTE Christian Henze, 192 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-162-2, WG 1455, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



DEFTIG VEGAN Anne-Katrin Weber, 192 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-198-1, WG 1455, 29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



BAKING BREAD Georg Matthes, 208 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-176-9, WG 1457, 22,00 EUR (D), 22,70 EUR (A)



MEIN ALLGÄU-KOCHBUCH Christian Henze, 168 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-190-5, WG 1454, 26,00 EUR (D), 26,80 EUR (A)



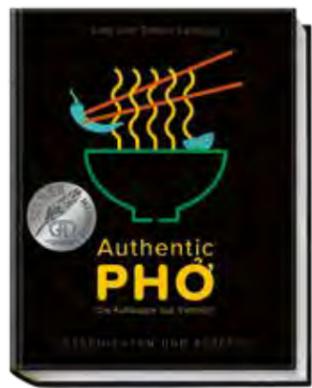
VIEL FÜR WENIG Björn Freitag, 192 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-178-3, WG 1455, 22,00 EUR (D), 22,70 EUR (A)



DER VORKOSTER Björn Freitag, 192 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-145-5, WG 1455, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



WAHI
Alex Wahi, 192 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-229-2, WG 1450, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



AUTHENTIC PHO
Simi und Stefan Leistner, 176 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-166-0, WG 1454, 22,00 EUR (D), 22,70 EUR (A)



EINFACH UND KÖSTLICH
Björn Freitag, 160 Seiten, Hardcover, 23,5 × 28 cm, ISBN 978-3-95453-109-7, WG 1455, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



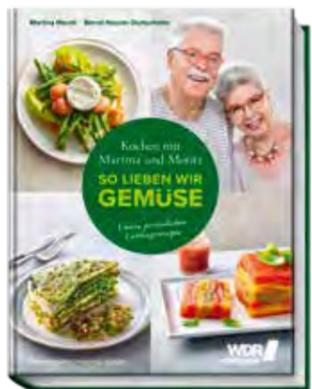
DIE KOCHBIBEL
Su Vössing, 200 Seiten, Hardcover, 24,5 × 31 cm, ISBN 978-3-95453-083-0, WG 1455, 29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



STAATS' GEHEIMNISSE
Stephan Staats, Martin Lagoda, 288 Seiten, Hardcover, 23,5 × 28 cm, ISBN 978-3-95453-106-6, WG 1454, 34,00 EUR (D), 35,00 EUR (A)



KOCHEN MIT MARTINA UND MORITZ – DAS BESTE AUS 30 JAHREN
Martina Meuth und Bernd „Moritz“ Neuner-Duttenhofer, 192 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-157-8, WG 1455, 32,00 EUR (D), 32,90 EUR (A)



KOCHEN MIT MARTINA UND MORITZ – SO LIEBEN WIR GEMÜSE
Martina Meuth und Bernd „Moritz“ Neuner-Duttenhofer, 192 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-177-6, WG 1455, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



EIN TAG OHNE KARTOFFELSALAT
ist kulinarisch betrachtet ein verlorener Tag
Martina Meuth und Bernd „Moritz“ Neuner-Duttenhofer, 256 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-187-5, WG 1455, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



Jetzt mit neuem Cover und Titelwording

Ran an die Fritteuse – draußen frittieren
Teigtaschen mit Basilikum-Bacon-Spinat-Füllung

RAN AN DIE FRITTEUSE – DRAUSSEN FRITTIEREN
Su Vössing, 192 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-228-5, WG 1450, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



Schlank geht auch anders
Avocadobrot mit Honigtofu und pochierem Ei



Mit begleitender Facebook-Gruppe
„Schlank geht auch anders“

SCHLANK GEHT AUCH ANDERS
Christian Henze, 216 Seiten, Hardcover,
21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-188-2,
WG 1456, 26,00 EUR (D), 26,80 EUR (A)



Auch als E-Book erhältlich.



SCHLANK!
Dr. med. Anne Fleck, Su Vössing,
304 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm,
ISBN 978-3-95453-140-0, WG 1456,
29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



SCHLANK! FÜR BERUFSTÄTIGE
Dr. med. Anne Fleck, Bettina Matthaei
208 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm,
ISBN 978-3-95453-160-8, WG 1456,
29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



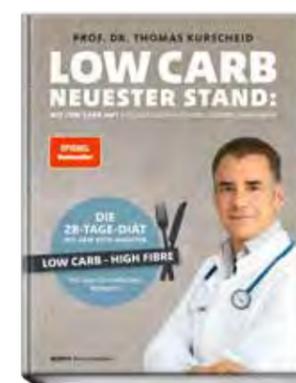
SCHLANK MIT DER PREP-DIÄT
Dagmar von Cramm,
208 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm,
ISBN 978-3-95453-171-4, WG 1456,
24,00 EUR (D), 24,70 EUR (A)



HAPPY HEALTHY FOOD
Nathalie Gleitman
256 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm,
ISBN 978-3-95453-126-4, WG 1456,
24,95 EUR (D), 25,70 EUR (A)



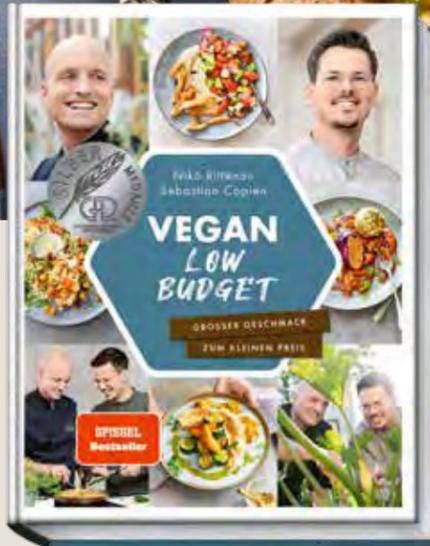
SCHLANK MIT LOW CARB – HIGH FIBRE
Prof. Dr. med. Thomas Kurscheid,
216 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm,
ISBN 978-3-95453-179-0, WG 1456,
29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



LOW CARB – NEUESTER STAND
Prof. Dr. med. Thomas Kurscheid,
192 Seiten, Hardcover, 21 × 27 cm,
ISBN 978-3-95453-161-5, WG 1456,
29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



Vegan Low Budget
Tacos mit Sellerie-Linsen-Creme, Röstkohl,
Pfirsich und Salsa verde



VEGAN LOW BUDGET
Niko Rittenau, Sebastian Copien
256 Seiten, Hardcover, Format 19 x 24 cm,
ISBN 978-3-95453-202-5, WG 1455,
24,00 EUR (D), 24,70 EUR (A)



Auch als E-Book erhältlich.



WUNDERWAFFE BASENFOOD
Prof. Dr. Jürgen Vormann, Karola
Wiedemann, 288 Seiten, Hardcover,
19 x 24 cm, ISBN 978-3-95453-196-7,
WG 1456, 29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



GESUNDE SOMMERKÜCHE
Dr. med. Anne Fleck, Su Vössing,
192 Seiten, Hardcover, 21 x 27 cm,
ISBN 978-3-95453-151-6, WG 1456,
29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



**DIE 70 EINFACHSTEN
GESUND-REZEPTE**
Dr. med. Anne Fleck, Su Vössing,
192 Seiten, Hardcover, 21 x 27 cm,
ISBN 978-3-95453-137-0, WG 1456,
29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



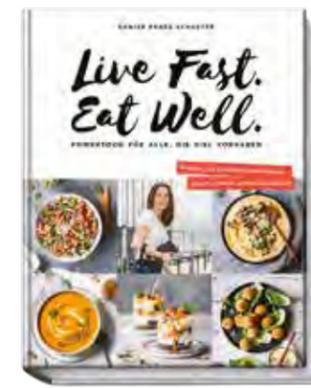
**DIE 50 GESÜNDESTEN
10-MINUTEN-REZEPTE**
Herausgeber Dr. Christian Harisch,
Text Dr. med. Anne Fleck, Su Vössing,
192 Seiten, Hardcover, 21 x 27 cm,
ISBN 978-3-95453-103-5, WG 1456,
28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



Bestes Kochbuch 2017
„Gesunde Küche“



BABYBEIKOST
Josephine Bayer, Nina Bott,
176 Seiten, Hardcover, 19 x 24 cm,
ISBN 978-3-95453-141-7, WG 1455,
22,00 EUR (D), 22,70 EUR (A)



LIVE FAST. EAT WELL.
Denise Renée Schuster,
224 Seiten, Hardcover, 19 x 24 cm,
ISBN 978-3-95453-174-5, WG 1456,
24,00 EUR (D), 24,70 EUR (A)





Die vegetarische Fünf-Zutaten-Küche
Grünkern-Bohnen-Salat mit gerösteten Pfirsichen



DIE VEGETARISCHE FÜNF-ZUTATEN-KÜCHE

Anne-Katrin Weber, 192 Seiten, Hardcover, 21 x 27 cm, ISBN 978-3-95453-164-6, WG 1455, 29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



GESTERN HAST DU MORGEN GESAGT

Dr. Michèle Gleich, 264 Seiten, Klappenbroschur, 21,5 x 27,5 cm, ISBN 978-3-95453-108-0, WG 1464, 24,00 EUR (D), 24,70 EUR (A)



KOCHEN IST DIE BESTE MEDIZIN

Su Vössing, Bettina Snowdon, 304 Seiten, Hardcover, 22 x 28 cm, ISBN 978-3-95453-037-3, WG 1456, 29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



» Bestes Kochbuch 2015 „Gesundheit“



STRONGFOOD – DAS KOCHBUCH

Prof. Dr. Ingo Froböse, 224 Seiten, Hardcover, 19 x 24 cm, ISBN 978-3-95453-127-1, WG 1456, 24,95 EUR (D), 25,70 EUR (A)



DIE GESUNDKÜCHE: NEUESTER STAND

Herausgeber Dr. Christian Harisch, Text Dr. med. Anne Fleck, 264 Seiten, Hardcover, 23,5 x 28 cm, ISBN 978-3-95453-092-2, WG 1456, 34,00 EUR (D), 35,00 EUR (A)



» Bestes Kochbuch 2016 „Gesundheit“



LAUF DICH FIT – DAS KOCHBUCH

Christian Henze, 176 Seiten, Hardcover, 19 x 24 cm, ISBN 978-3-95453-165-3, WG 1440, 19,95 EUR (D), 20,60 EUR (A)



DEFTIG VEGETARISCH

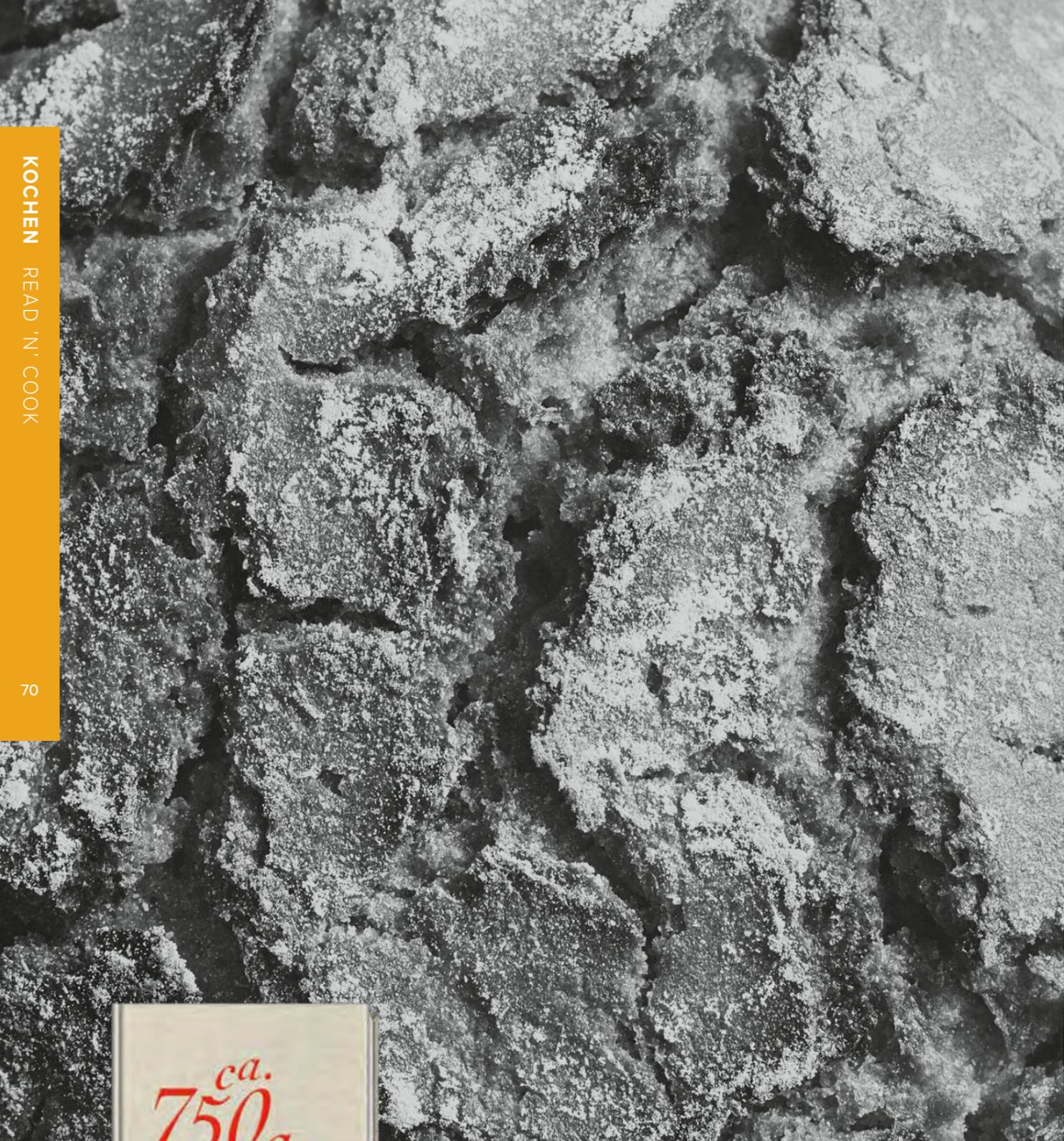
Anne-Katrin Weber, 220 Seiten, Hardcover, 21 x 27 cm, ISBN 978-3-95453-017-5, WG 1455, 29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



DIE LEKUTAT-METHODE

Dr. med. Carsten Lekutat, Bettina Matthaui, 168 Seiten, Hardcover, 21 x 27 cm, ISBN 978-3-95453-180-6, WG 1456, 22,00 EUR (D), 22,70 EUR (A)





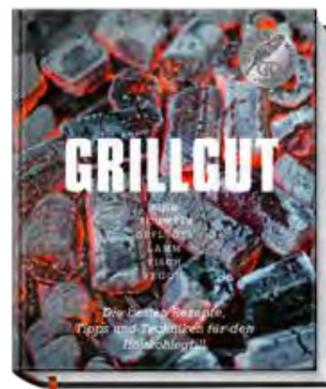
CA. 750 G GLÜCK
Judith Stoletzky, Lutz Geißler,
100 Seiten, Hardcover, 15 × 21 cm,
ISBN 978-3-95453-159-2, WG 1457,
16,00 EUR (D), 16,50 EUR (A)



LE GRAND BORDEL
Judith Stoletzky, 248 Seiten, Hardcover,
24,5 × 31 cm, ISBN 978-3-938100-84-4,
WG 1455, 37,00 EUR (D), 38,10 EUR (A)



MARIA LUISA KANN NICHT ANDERS
Judith Stoletzky, Maria Luisa Scolastra,
420 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm,
ISBN 978-3-938100-67-7, WG 1455,
24,00 EUR (D), 24,70 EUR (A)



GRILLGUT
Angelo Menta, 344 Seiten, Hardcover,
23,5 × 28 cm, ISBN 978-3-95453-074-8,
WG 1455, 24,00 EUR (D), 24,70 EUR (A)



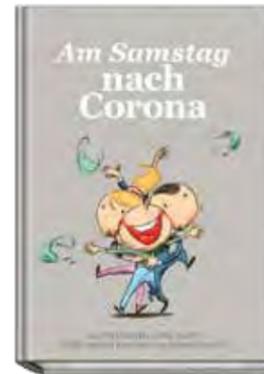
DIE LETZTEN HELDENTATEN AM HERD
Angelo Menta, 192 Seiten, Hardcover,
23,5 × 28 cm, ISBN 978-3-938100-80-6,
WG 1455, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)





Am Samstag nach Corona ...

... räumen wir endlich die Vorratskammer auf.



AM SAMSTAG NACH CORONA

Jörg Saupe, Fabian Kendzia, Lorenz Ritter,
64 Seiten, Hardcover, 15 × 21 cm,
ISBN 978-3-95453-222-3, WG 1191,
9,50 EUR (D), 9,80 EUR (A)



YOGA WHILE YOU WAIT

Judith Stoletzky und Markus Abele,
96 Seiten, Hardcover, 15 × 21 cm,
ISBN 978-3-95453-147-9, WG 1191,
18,00 EUR (D), 18,50 EUR (A)



UND FERTIG!

Yvonne Willicks, Stefanie von Drathen,
320 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm,
ISBN 978-3-95453-184-4, WG 1412,
26,00 EUR (D), 26,80 EUR (A)



2 FÜR 300

Tamina Kallert, 192 Seiten,
Hardcover, 19 × 24 cm,
ISBN 978-3-95453-183-7, WG 1312,
22,00 EUR (D), 22,70 EUR (A)



RICHTIG FALSCH ARBEITEN

Fabian Kendzia und Lorenz Ritter,
140 Seiten, Hardcover, 15 × 21 cm,
ISBN 978-3-95453-173-8, WG 1784,
16,00 EUR (D), 16,50 EUR (A)



**50 DINGE, DIE MAN ÜBER DEN
FUSSBALL-WESTEN WISSEN MUSS**

Sven Pistor, 192 Seiten, Hardcover,
19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-136-3,
WG 1191, 14,95 EUR (D), 15,40 EUR (A)



ARBEIT

Emanuel Eckardt, 240 Seiten,
Hardcover, Leineneinband, 27 × 31 cm,
ISBN 978-3-938100-94-3, WG 1350,
24,00 EUR (D), 24,70 EUR (A)

Hängespiegel



Fransenpouf



T-Shirt-Windlichter



Kissenhüllen batik



Gabriele Chomrak CRAFTWERK

KREATIVE IDEEN FÜR DIE DIY UND UPCYCLING
128 KLEINE PROJEKTE FÜR DEN HAUS- & GARTEN



CRAFTWERK

Gabriele Chomrak,
168 Seiten, Hardcover, 24,5 × 24,5 cm,
ISBN 978-3-95453-206-3, WG 1418,
22,00 EUR (D), 22,70 EUR (A)



MEINE BESTEN DIY-PROJEKTE FÜR GARTEN UND BALKON

Eva Brenner, Nina Terhardt,
184 Seiten, Hardcover, 24,5 × 24,5 cm,
ISBN 978-3-95453-156-1, WG 1418,
26,00 EUR (D), 26,80 EUR (A)





STARKER MANN GANZ SCHWACH
Fabian Nießl, 224 Seiten, Hardcover, 15 × 21 cm, ISBN 978-3-95453-201-8, WG 1481, 22,00 EUR (D), 22,70 EUR (A)



DIE BESTEN HAUSMITTEL
Dr. med. Franziska Rubin, Gudrun Strigin, 464 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-191-2, WG 1465, 29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



VEGAN-KLISCHEE ADE!
Niko Rittenau, 512 Seiten, Hardcover, 17 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-189-9, WG 1455, 30,00 EUR (D), 30,90 EUR (A)



„VEGAN IST UNSINN!“
Niko Rittenau, Patrick Schönfeld, Ed Winters, 368 Seiten, Hardcover, 17 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-194-3, WG 1982, 30,00 EUR (D), 30,90 EUR (A)



**DAS GROSSE GESUNDHEITS-
BUCH – INNERE MEDIZIN**
Dr. med. Heinz-Wilhelm Esser, 352 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-186-8, WG 1465, 26,00 EUR (D), 26,80 EUR (A)



**WIE INSULIN UNS ALLE DICK
ODER SCHLANK MACHT**
Prof. Dr. Stephan Martin, 272 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-193-6, WG 1982, 24,95 EUR (D), 25,70 EUR (A)



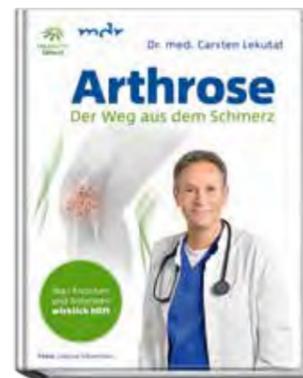
KITTEL, KEIME, KATASTROPHEN
Dr. med. Heinz-Wilhelm Esser,
160 Seiten, Hardcover, 15 × 21 cm,
ISBN 978-3-95453-150-9, WG 1982,
19,95 EUR (D), 20,60 EUR (A)



SELBST HEILEN MIT KRÄUTERN
Friederike und Prof. Dr. Dietrich
Grönemeyer, 384 Seiten, Hardcover,
19 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-163-9,
WG 1466, 29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)



NICHT ÜBERS KNIE BRECHEN
Prof. Dr. Hanno Steckel,
256 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm,
ISBN 978-3-95453-182-0, WG 1465,
24,95 EUR (D), 25,70 EUR (A)



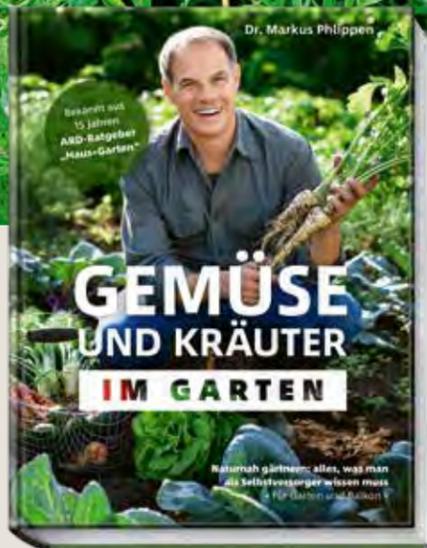
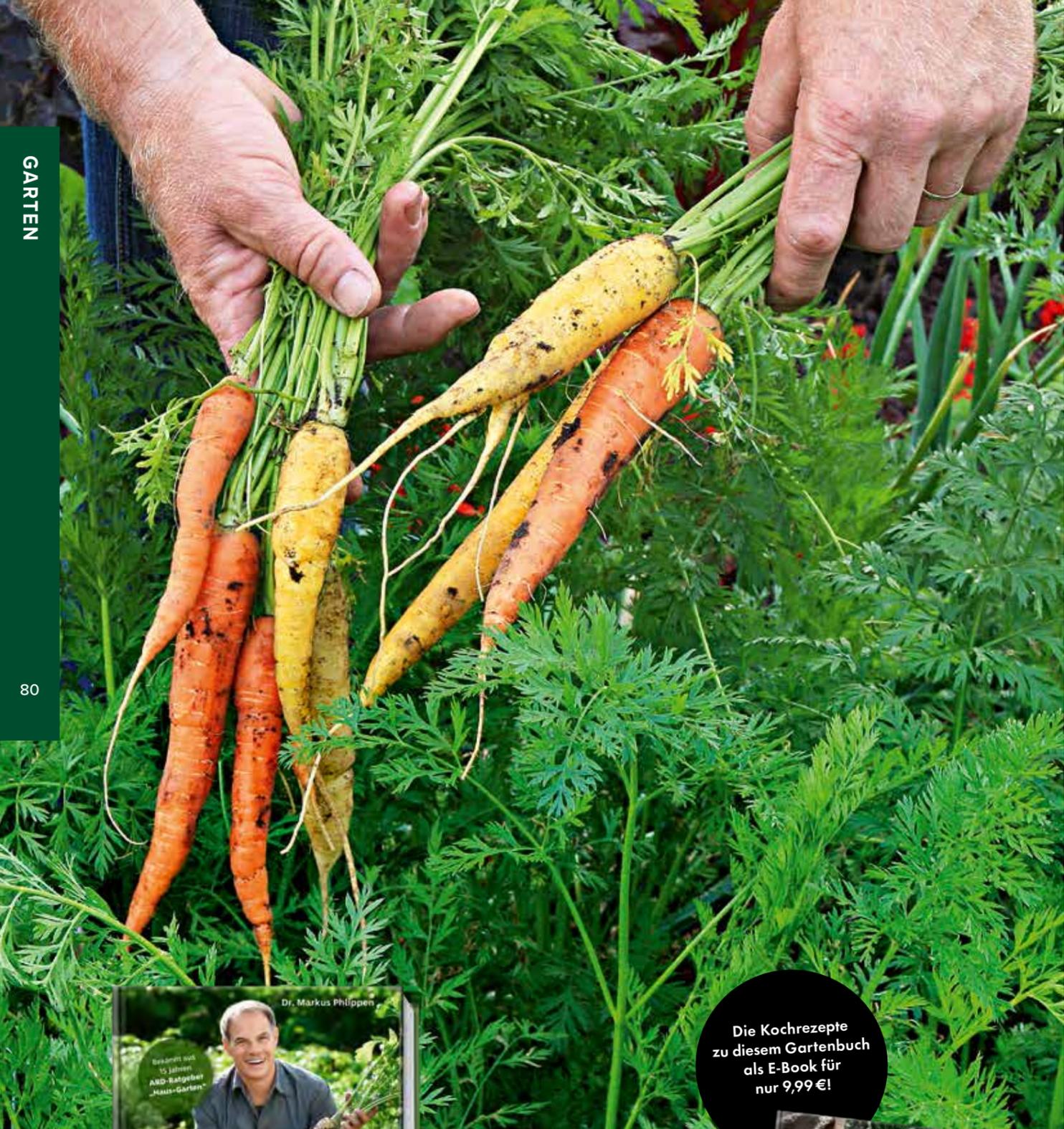
ARTHROSE – DER WEG AUS DEM SCHMERZ
Dr. med. Carsten Lektutat,
216 Seiten, Hardcover, 19 × 24 cm,
ISBN 978-3-95453-155-4, WG 1465,
28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



UND MORGEN TREFFEN WIR UNS GESTERN
Dr. med. Carsten Lektutat,
180 Seiten, Hardcover, 15 × 21 cm,
ISBN 978-3-95453-144-8, WG 1460,
19,95 EUR (D), 20,60 EUR (A)



EIN APFEL MACHT GESUND, DREI ÄPFEL MACHEN EINE FETTLLEBER.
Dr. med. Carsten Lektutat,
200 Seiten, Hardcover, 15 × 21 cm,
ISBN 978-3-95453-172-1, WG 1982,
19,95 EUR (D), 20,60 EUR (A)



GEMÜSE UND KRÄUTER IM GARTEN
 Dr. Markus Philppen,
 432 Seiten, Hardcover, Format 21 × 27 cm,
 ISBN 978-3-95453-153-0, WG 1421,
 39,90 EUR (D), 41,10 EUR (A)



Die Kochrezepte
 zu diesem Gartenbuch
 als E-Book für
 nur 9,99 €!



FEUERSTELLEN
 Lars Weigelt, 168 Seiten, Hardcover,
 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-152-3,
 WG 1421, 39,95 EUR (D), 41,10 EUR (A)



MEIN GARTEN IM WANDEL
 Peter Janke, 312 Seiten, Hardcover,
 21 × 27 cm, ISBN 978-3-95453-205-6,
 WG 1421, 36,00 EUR (D), 37,10 EUR (A)



In den Top 5 der besten
 Gartenbücher 2021,
 ausgezeichnet durch die Deutsche
 Gartenbau-Gesellschaft



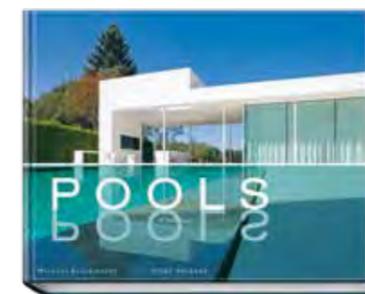
**SICHTSCHUTZ UND RAUMTEILER
 IM GARTEN**
 Marion Lagoda, 168 Seiten, Hardcover,
 23,5 × 28 cm, ISBN 978-3-95453-124-0,
 WG 1421, 39,95 EUR (D), 41,10 EUR (A)



MEINE VISION WIRD GARTEN
 Peter Janke, 264 Seiten, Hardcover,
 23,5 × 28 cm, ISBN 978-3-938100-72-1,
 WG 1421, 39,90 EUR (D), 41,10 EUR (A)



WASSER IM GARTEN 2
 Jörg Baumhauer, 216 Seiten, Hardcover,
 30 × 24 cm, ISBN 978-3-95453-064-9,
 WG 1421, 49,95 EUR (D), 51,40 EUR (A)



POOLS
 Michael Breckwoldt, 208 Seiten, Hardcover,
 30 × 24 cm, ISBN 978-3-938100-61-5,
 WG 1421, 49,90 EUR (D), 51,30 EUR (A)





Naturstein im Garten



JUNGES GARTENDESIGN
Manuel Sauer, 192 Seiten, Hardcover, 24,5 x 24,5 cm, ISBN 978-3-95453-125-7, WG 1421, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



JUNGES GARTENDESIGN
Manuel Sauer, 208 Seiten, Hardcover, 24,5 x 24,5 cm, ISBN 978-3-95453-020-5, WG 1421, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A)



NATURSTEIN IM GARTEN
Peter Berg, Petra Reidel, 192 Seiten, Hardcover, 30 x 24 cm, ISBN 978-3-938100-73-8, WG 1421, 39,90 EUR (D), 41,10 EUR (A)



MEDITERRANES GARTENDESIGN
Sabine Wesemann, Ulrich Timm, 224 Seiten, Hardcover, 30 x 24 cm, ISBN 978-3-95453-032-8, WG 1421, 49,90 EUR (D), 51,30 EUR (A)



MODERNE GARTENKONZEPTE
Herausgeber Peter Berg, Text Petra Reidel, 256 Seiten, Hardcover, 30 x 24 cm, ISBN 978-3-95453-070-0, WG 1421, 49,90 EUR (D), 51,30 EUR (A)



GARTENHÄUSER, WINTERGÄRTEN, ÜBERDACHUNGEN
Lars Weigelt, 216 Seiten, Hardcover, 30 x 24 cm, ISBN 978-3-95453-019-9, WG 1421, 49,90 EUR (D), 51,30 EUR (A)



MODERNES GARTENDESIGN
Ulrich Timm, 192 Seiten, Hardcover, 30 x 24 cm, ISBN 978-3-938100-85-1, WG 1421, 39,90 EUR (D), 41,10 EUR (A)



DESIGN MIT PFLANZEN
Peter Janke, 216 Seiten, Hardcover, 30 x 24 cm, ISBN 978-3-938100-87-5, WG 1421, 49,90 EUR (D), 51,30 EUR (A)



EXKLUSIVES GARTENDESIGN
Ulrich Timm, 224 Seiten, Hardcover, 30 x 24 cm, ISBN 978-3-938100-27-1, WG 1421, 49,90 EUR (D), 51,30 EUR (A)

ADRESSEN

AUSLIEFERUNGEN

Auslieferung Deutschland

LKG Leipziger Kommissions- und
Großbuchhandels-gesellschaft mbH
Doreen Engler

An der Südspitze 1–12
04571 Rötha
Tel. +49 34206 65-137
Fax +49 34206 65-1767
Doreen.Engler@lkg.eu

Auslieferung Österreich

MOHR MORAWA
Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2
1230 Wien, Österreich
Tel. +43 1 68014-0
bestellung@mohrmorawa.at

Auslieferung Schweiz

Buchzentrum AG (BZ)
Industriestraße Ost 10
4614 Hägendorf, Schweiz
Tel. +41 62 20926-26
Fax +41 62 20926-27
kundendienst@buchzentrum.ch

VERTRIEB KEY ACCOUNTS

Deutschland, Österreich, Schweiz

AGENTUR SEYFARTH
Cornelia Holberg
Neumarkter Straße 23
81673 München
Tel. +49 89 5008088-12
Fax +49 89 5008088-18
c.holberg@seyfarth-agentur.de

VERBUNDGRUPPEN & FACHMARKT

Deutschland, Österreich, Schweiz

AGENTUR SEYFARTH
Franziska Schulz
Tel. +49 89 5008088-14
f.schulz@seyfarth-agentur.de

LIZENZAGENTIN WELTWEIT

LIZENZAGENTIN BUCH UND MERCHANDISING

Anette Riedel
Rothenburg 14–16
48143 Münster
Tel. +49 251 4844995
Mobil +49 172 8635675
contact@anetteriedel.com
www.anetteriedel.com

VERLAGSVERTRETUNGEN

NRW, Hessen, Rheinland-Pfalz, Saarland und Luxemburg

BÜRO FÜR BÜCHER Benedikt Geulen

Meertal 122
41464 Neuss
Tel. +49 2131 1255990
Fax +49 2131 1257944
b.geulen@buero fuer buecher.de

Ulrike Hölzemann

Dornseifer Straße 67
57223 Kreuztal
Tel. +49 2732 558344
Fax +49 2732 558345
u.hoelzemann@buero fuer buecher.de

Niedersachsen, Hamburg, Bremen, Schleswig-Holstein

HANDELSAGENTUR Sven Gembrys & Axel Kostrzewa

Jochim-Sahling-Weg 31
22549 Hamburg
Tel. +49 40 40187803
Fax +49 40 41912811
s.gembrys@gmx.de

Baden-Württemberg

VERLAGSAGENTUR Arne Bohle GmbH Alexandra Ortner

Röntgenstraße 27
77694 Kehl
Tel. +49 7851 482166
Fax +49 7851 482268
vv-bohle@t-online.de

Bayern

VERLAGSVERTRETUNG Barbara-Sophia Voglmaier c/o CoLibris

Büro: Heindl/Wislsperger
Leonrodstraße 19
80634 München
Tel. +49 89 76729-289
Fax +49 89 76729-394
voglmaier@sinolog.de

Österreich und Südtirol

VERLAGSAGENTUR E. NEUHOLD OG Erich Neuhold & Wilhelm Platzer

An der Kanzel 52
8046 Graz, Österreich
Tel. +43 664 9165392
Fax +43 810 9554 464886
buero@va-neuhold.at
www.verlagsagentur-neuhold.at

Schweiz

Scheidegger & Co. AG

Obere Bahnhofstrasse 10a
8910 Affoltern am Albis, Schweiz
Tel. +41 44 7624242
Fax +41 44 7624249

Angela Kindlimann

Tel. +41 44 7624246
a.kindlimann@scheidegger-buecher.ch

Stephanie Brunner

Tel. +41 44 7624247
s.brunner@scheidegger-buecher.ch

Urs Wetli

Tel. +41 44 7624241
u.wetli@scheidegger-buecher.ch

**BECKER
JOEST
VOLK
VERLAG**

BECKER JOEST VOLK
VERLAG GMBH & CO. KG
Bahnhofsallee 5
40721 Hilden
www.bjvv.de
info@bjvv.de
Tel. +49 2103 90788-0

ars vivendi
AT
Becker Joest Volk
Brandstätter
Copress
Kneipp Wien
Löwenzahn
LV.Buch
Stiebner

artfolio
In Qualität vernarrt.

c/o Agentur Seyfarth
Neumarkter Str. 23
81673 München

T. +49 89 500 80 88 0
artfolio@seyfarth-agentur.de
www.artfolio-vertriebskooperation.de

UNSERE BESTSELLER

Man wird doch mal ein kleines bisschen angeben dürfen!

