



# Brandstätter

**Katharina Seiser  
Ekkehard Lughofer  
Gerhard Zoubek (Hg.)**

## 30 Minuten Gemüseküche

Von A bis Z

ISBN 978-3-7106-0099-9

€ 24,90

Format 19 x 24 cm

176 Seiten, ca. 100 Abbildungen

Flexocover

30. Januar 2017

### Pressekontakt:

Friederike Harr

f.harr@brandstaetterverlag.com

T ++43-(0)1-5121543-232

F ++43-(0)1-5121543-231



Die besten Gemüsegerichte für jeden Tag – vegetarisch, abwechslungsreich, einfach zuzubereiten und schnell auf dem Tisch: Alle Rezepte sind in maximal 30 Minuten fertig. Ein praktisches Handbuch mit vielen Zubereitungsideen für die beliebtesten Gemüsearten von A bis Z.

Das Buch bietet eine verlässliche Hilfe bei der täglichen Frage: Was koche ich heute? Ein wahrer Schatz an neu interpretierten Klassikern und Lieblingsrezepten! Katharina Seiser hat die besten und schnellsten Rezepte aus der erfolgreichen Vegetarisch-Reihe zusammengetragen – einfach und bewährt, kreativ und international. Wertvolle Tipps zu Warenkunde, Einkauf, Verarbeitung und Lagerung der verschiedenen Gemüsearten sowie ein Rezept-Saisonkalender runden den Band ab.

#### Die Herausgeber

*Katharina Seiser* lebt in Wien und reist, um zu essen. Seiser ist Herausgeberin der Erfolgsreihe vegetarischer Kochbücher bei Brandstätter (Österreich, Deutschland, Italien, Türkei, USA) und Autorin des prämierten Bestsellers *Immer schon vegan* (2015, Silbermedaille GAD).

*Gerhard Zoubek* ist leidenschaftlicher Biobauer und führt seit 1997 mit seiner Frau Sigrid den ADAMAH BioHof in Glinzendorf. Mit dem ADAMAH BioKistl etablierte er eine unabhängige Direktvermarktungsplattform von biologischen Lebensmitteln aus eigenem Anbau und von ausgewählten Partnern.

Schnelle Gemüseküche:  
max. 30 Minuten Zubereitungszeit

Das Gemüse-Handbuch  
von A bis Z + Warenkunde

Vegetarisch, abwechslungsreich &  
für jeden Tag

*Ekkehard Lughofer* hat seine Leidenschaft für gute Lebensmittel zum Beruf gemacht. Nach dem Studium an der BOKU Wien verwirklicht er sich heute in der Vermarktung und Kommunikation rund um biologische Lebensmittel am ADAMAH BioHof