



Die Zeit der Dosenravioli ist längst vorbei - auch Studenten legen immer größeren Wert auf ausgewogene Ernährung abseits vom Mensa-Speiseplan und möchten heute selbst kochen. Wie trotz knappem Budget, Zeitmangel und geringen Kochkenntnissen am Ende eine leckere Mahlzeit entsteht, verrät Katerina Dimitriadis in *Käts Studentenküche*. Da sie selbst noch Studentin ist, kennt sie genau die Bedürfnisse ihrer Kommilitonen und stellt deshalb in ihrem Buch über 130 unkomplizierte Rezepte für alle Kochsemester vor.

Gegliedert nach Tageszeiten und Gelegenheiten finden sich hier Rezepte, die auch Anfängern leicht gelingen: Kürbismuffins für ein Langschläfer-Frühstück oder Sattmacher für den großen Hunger wie Gemüseburger mit Süßkartoffelpommes. Auch an gesundes Brainfood hat die Autorin gedacht und empfiehlt bei Prüfungsstress unter anderem gebratenen Basmatireis mit schwarzen Linsen, Rosinen und Nüssen. Auch für die Zeit nach den Prüfungen gibts das Passende mit Partyfood-Rezepten oder entsprechend Soulfood mit süßen Seelentröstern. Wer sich mehr in der Küche zutraut, kann bei vielen Gerichten Varianten der Basisrezepte und Extras dazu ausprobieren. Der ausführliche Anhang mit Einkaufstipps, Infos zur Küchen-Grundausstattung und was in eine Vorratskammer gehört, rundet das Buch ab.

Bei jedem Rezept bieten Angaben zur Preiskategorie, Zubereitungszeit und Schwierigkeitsgrad eine schnelle Orientierung. Mit Hilfe des QR-Codes, der jedes Rezept ergänzt, lässt sich die Einkaufsliste schnell aufs Smartphone holen. Featureseiten zu Campus-Picknick, WG-Küche oder Romantik-Dinner ergänzen das Buch. *Käts Studentenküche* ist der perfekte Begleiter für die ersten Kocherfahrungen und für alle Eltern das perfekte Geschenk zum Auszug.

Katerina Dimitriadis, Kät, ist Studentin der Politik- und Buchwissenschaft und betreibt zusammen mit ihrer Mutter und Schwester das Restaurant *Konstantina* in Nürnberg. Als Autorin einer Kochkolumne in den Nürnberger Nachrichten hat sie sich bereits mit Studentenessen beschäftigt, *Käts Studentenküche* ist ihr erstes Kochbuch.

Zu diesem Buch ist ein Interview mit der Autorin verfügbar — sprechen Sie uns gerne an!

ISBN

192 Seiten, 195 x 246 mm, gebunden
ca. 100 Farb- und einige S/W-Fotos
€ 0,00 (D) / € 17,50 (A)

DK Verlag Dorling Kindersley Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Jenifer Witte • Arnulfstraße 124 • 80636 München

Telefon: ++49/89/ 44 23 26-241 • Fax: ++49/89/ 44 23 26-410 • E-Mail: presse@dk-germany.de

Im Falle einer Besprechung bitten wir um einen Beleg. Vielen Dank im Voraus.