



**Sabrina Sue Daniels**

**Nur für mich!**

**Schnelle Genussküche für eine Person**

**Was koch ich heute? 60 leckere Antworten für Singles!**

Kochen, so wie es Ihnen gefällt – diese **schnelle Single-Küche** macht's möglich. Ob für den sturmfreien Couch-Potato-Abend, den Energiekick unterwegs oder den wohlverdienten Feierabend: Hier erwarten Sie **einfache, abwechslungsreiche, günstige und gesunde Flexitarier-Rezepte für eine Person**. Mit praktischen Tipps zu Vorrat und Vorbereitung sowie stylischer Foodfotografie. Gönnen Sie sich eine Genuss-Auszeit nur für sich!



**Cleverer Tipps und Tricks** rund um Vorrat, Resteverwertung, Vorbereitung oder Lunchbox verhindern unnötige Abfälle. Mit dieser Single-Küche gehen Sie außerdem sicher, dass Sie nicht drei Tage lang hintereinander das gleiche Gericht essen müssen. Die **Single-Rezepte sind genau auf eine Person** abgestimmt, mögliche Überbleibsel bei den Zutaten werden direkt weiterverarbeitet. Lieferservice und Fertiggerichte gehören so der Vergangenheit an, denn mit diesem Single-Kochbuch steht **an jedem Tag ruckzuck etwas Frisches** auf dem Tisch.

**Schnelle Single-Rezepte für jede Gelegenheit.**

Wenn Sie nur für sich alleine kochen, können Sie genau das machen, worauf Sie gerade Lust haben. Nörgler, die wieder keinen Brokkoli wollen, bei Ziegenkäse die Nase rümpfen oder auf Dauerdiät sind, gibt es nicht! Genehmigen Sie sich mit einem **schön angerichteten Dinner** und einem feinen Glas Wein eine kleine Auszeit nur für sich oder löffeln Sie Ihr Lieblingsgericht **ganz faul direkt aus dem Topf!**

**Kochen Sie sich glücklich – mit der vielfältigen Single-Küche. Diese Soulfood-Single-Rezepte haben Sie sich verdient!**

**Sabrina Sue Daniels**

**Nur für mich!**

**Schnelle Genussküche für eine Person**

ISBN 978-3-8310-3647-9  
160 Seiten, 180 x 226 mm  
Mit ca. 75 farbigen Fotos  
€ 16,95 (D) / € 17,50 (A)