



## Veganuary

## Veganuary

### Das offizielle Kochbuch. Mit über 100 kreativen veganen Rezepten für das ganze Jahr

#### Veganuary – vegan essen das ganze Jahr

Rein pflanzlich ins Jahr starten und dranbleiben! Das offizielle Kochbuch von **Veganuary** ist der perfekte Einstieg in die vegane Küche. **Veganuary** ist eine gemeinnützige Organisation und Kampagne, die Menschen weltweit motiviert, sich im Januar und darüber hinaus vegan zu ernähren. Die über 100 Rezepte aus dem offiziellen Kochbuch zeigen, dass der Start in die vegane Küche ganz einfach ist und sich leicht in den Alltag integrieren lässt.

Köstliche Gerichte wie Thai Curry, gegrillter Ceasar Salat oder Karottenkuchen mit Orangenfrosting machen Lust auf leckeres Essen ganz ohne tierische Produkte. Ob Frühstück, Hauptgerichte oder Desserts – hier findet wirklich jeder köstliche Gerichte, die im Handumdrehen zubereitet sind. Wie verwerte ich Reste, was gehört in eine vegane Vorratskammer und wie sieht ein Speiseplan für eine vegane Woche aus –detaillierte Hintergrundinformationen und die Top-Tipps der internationalen Organisation **Veganuary** unterstützen beim Einstieg in die pflanzliche Ernährung. Das ideale Kochbuch für alle, die im Januar und darüber hinaus rein pflanzlich durchstarten möchten.



#### Über Veganuary

**Veganuary** ist eine gemeinnützige Organisation und Kampagne, die Menschen weltweit motiviert, sich im Januar und darüber hinaus vegan zu ernähren. Veganuary wurde 2014 an einem Küchentisch im britischen Yorkshire gegründet. Heute ist die Bewegung weltweit aktiv – mit Kampagnenzentren in Deutschland, den USA, Brasilien, Chile, Argentinien, Indien und Großbritannien sowie offiziellen Partnerorganisationen in der Schweiz, Italien, Frankreich, Australien, Südafrika, Singapur und Mexiko. Allein in Deutschland beteiligten sich 2023 mehr als 860 Unternehmen am Aktionsmonat Veganuary, laut Meinungsforschungsinstitut YouGov nahmen ihn neun Prozent der Erwachsenen zum Anlass, vegane Ernährung bewusst auszuprobieren.

#### Veganuary

#### Veganuary

Das offizielle Kochbuch. Mit über 100 kreativen veganen Rezepten für das ganze Jahr

ISBN 978-3-8310-4889-2  
240 Seiten, 195 x 252 mm  
Mit farbigen Fotos  
€ 24,95 (D) / € 25,70 (A)

DK Verlag Dorling Kindersley Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Ira Zeitzen • Arnulfstraße 124 • 80636 München

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

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