



Danielle Brown

Healthygirl Kitchen

So easy, so lecker, so gesund! Über 100 vegane Rezepte für jeden Tag. New York Times Bestseller

Healthygirl Kitchen - Der New York Times Bestseller: Veganer Genuss ganz easy!

Jeden Tag lecker und ausgewogen schlemmen? Mit "healthygirl Kitchen" geht das spielerisch leicht! In ihrem ersten Kochbuch teilt die beliebte Koch-Influencerin **Danielle Brown** über **100 originelle Rezepte zur pflanzenbasierten Ernährung**, die sich schnell zubereiten lassen. Ob Frittata-Muffins zum Frühstück, kraftspendende Energy-Bites für unterwegs oder Wohlfühl-Food wie Ramen, Pasta und Desserts: mit **ansprechenden Foodfotos, klugen Menüplänen und hilfreichen Icons** macht dieses Buch gesunde Ernährung so einfach wie nie!



Tolle Alltagsrezepte, die alle begeistern:

- **Von Follower*innen gefeiert:** Danielle Brown von "healthygirl Kitchen" teilt ihre liebsten veganen Rezepte, mit denen sie schon über 4,5 Mio Abonnent*innen glücklich machen konnte
- **Ausgewogen und abwechslungsreich:** über 100 rein pflanzliche Rezepte, die frei von raffiniertem Zucker und Mehl sind und teilweise sogar glutenfrei funktionieren
- **Unkompliziert und einfach lecker:** Von veganen Bowls über die 5-Minuten Miso-Suppe und Busy-Girl Energiebällchen bis zur Snackplatte für Partygäste
- **Für vegane Foodies und Neulinge:** Hilfreiche Erklärungen, Foodfotos, Icons und Menüpläne machen es auch Anfänger*innen und Hobbyköch*innen leicht, ohne größeren Aufwand auf eine vegane Ernährung umzusteigen

Willkommen in der "healthygirl Kitchen"!

Wie sieht eine nachhaltige Ernährung aus? **Welche veganen Rezepte gehen schnell und einfach** – und sorgen trotzdem für mehr Energie, großen Genuss und richtig gute Laune? Mit ihrer typisch lockeren Art beantwortet **Ernährungs-Coachin Danielle Brown** die wichtigsten Fragen, die sich angehende Veganer*innen stellen. In diesem Kochbuch liefert sie **über 100 Inspirationen für einen gesünderen Lifestyle**, der sich ganz easy in den Alltag integrieren lässt – ob nährstoffreiche Snacks für den stressigen Arbeitstag, Comfort Food zum Feierabend oder schnelle vegane Beilagen für die spontane Grillparty.

Jeden Tag gesund genießen – mit über 100 einfachen veganen Rezepten, Tipps und Ernährungsplänen von „healthygirl“ Danielle Brown.

Danielle Brown

Healthygirl Kitchen

So easy, so lecker, so gesund! Über 100 vegane Rezepte für jeden Tag. New York Times Bestseller

ISBN 978-3-8310-4802-1
256 Seiten, 198 x 254 mm
Mit farbigen Fotos
€ 24,95 (D) / € 25,70 (A)