



# Presseinformation





**Jamie Oliver**  
**Jamies 5-Zutaten-Küche**

Quick & easy

320 Seiten, gebunden  
Über 800 Farbfotografien  
ISBN 978-3-8310-3421-5  
26,95 [D] 27,80 [A]

Erscheinungstermin: 13.09.2017

Zum perfekten Genuss braucht es nicht viel. Fünf Zutaten reichen dabei völlig aus, wie Jamie Oliver in seinem neuen Buch „Jamies 5-Zutaten-Küche“ beweist.

Es dreht sich alles um Gerichte, die mit wenig Aufwand gekocht werden können, noch dazu preiswert und super lecker sind. Dabei muss man lediglich fünf Zutaten clever kombinieren, die in jedem gut sortierten Supermarkt erhältlich sind. Nach schneller Zubereitung steht das Essen bereits auf dem Tisch oder der Backofen übernimmt den Rest der Arbeit.

Qualität statt Quantität ist hier die Devise und gepaart mit einem Quäntchen Know-how an der Küchenfront entstehen intensive Aromen und tolle Texturen. Jedes Rezept wurde ausprobiert und getestet (und nochmal getestet!), um sicherzustellen, dass alle Gerichte unkompliziert und an jedem Tag der Woche schnell zu machen sind.

Mehr als 130 inspirierende Rezeptideen für Hähnchen, Rind-, Schweine- und Lammfleisch, Fisch, Eier, Gemüse, Salate, Pasta, Reis, Nudeln und natürlich auch für süße Sachen sorgen für einzigartige Geschmackserlebnisse wie z.B. das indische Brathuhn: ein ganzer Vogel, mit Currypaste eingerieben, auf goldbraunen Kartoffeln und leckerem Blumenkohl im Ofen gegart und mit Koriandergrün vollendet. Oder die unglaublich simple Fischpastete: saftig geräucherter Schnelfisch, Frühlingszwiebeln, Spinat und Käse, alles verstreckt unter knusprigem, goldbraunem Filoteig und in weniger als 30 Minuten im Ofen.

Zu jedem Rezept gibt es eine bebilderte Zutatenliste, Portions- und Zeitangaben, eine kurze, leicht verständliche Anleitung, eine Übersicht über die Nährwerte und ein von David Loftus gekonnt in Szene gesetztes Foto des Gerichts. Dieses Buch ist so einfach zu benutzen wie keins von Jamies Büchern zuvor und ideal für alle, die wenig Zeit zum Kochen haben.



## Rezeptauswahl für PR

Abdruck einer Auswahl frei im Rahmen der Buchvorstellung. Freigabe erforderlich!

© Jamie Oliver Enterprises Limited, Fotos: David Loftus (2017 5 Ingredients — Quick & Easy Food),  
f. d. dt. Ausgabe Dorling Kindersley Verlag



S. 62/63 Linguine mit Zucchini und Zitrone



S. 106/107 Harissa-Hähnchen aus dem Ofen



S. 130/131 Schnelle Asia-Fischfrikadellen



S. 64/65 Pasta mit Pilzen und Knoblauch



S. 124/125 Gebratener Lachs mit Chorizo



S. 170/171 Famos angemachte Bunte Bete



S. 102/103 Hähnchen-Pie



S. 128/129 Braun gebrutzelte Jakobsmuscheln



S. 182/183 Riesiges Rib-Eye-Steak



**S. 198/199 Superzartes Senf-Fleisch**



**S. 240/241 Glasierte Lammkoteletts**



**S. 278/279 Schoko-Orangen-Shortbread**



**S. 208/209 Irre guter Schweinefleisch-Burger**



**S. 264/265 Schokomousse mit Kirschen**



**S. 282/283 Pflaumen-Tarte-Tatin**



## Autorenfotos

Abdruck eines der Autorenfotos frei im Rahmen der Buchvorstellung. Freigabe erforderlich!

© Autorenfotos: David Loftus





# Über Jamie Oliver

## Werdegang

Jamie Oliver (Jahrgang 1975) erlernte das Kochen bereits im zarten Alter von acht Jahren im Pub/Restaurant seiner Eltern in Essex, in dem er als Kind regelmäßig aushalf. Nach seinem Abschluss am Westminster Catering College in London lebte er ein Jahr lang in Frankreich und Italien. Anschließend arbeitete er im legendären *River Café* in London, in dem er 1997 bei einer BBC-Dokumentation über das Nobelrestaurant zufällig entdeckt wurde. Im Jahre 2001 kochte Jamie Oliver zum ersten Mal für den englischen Premierminister.

Zusammen mit seiner Frau Jools und seinen Kindern lebt der Starkoch in London und Essex.

## Fernsehen & Food Tube

1999 erhielt Jamie Oliver auf der BBC seine erste eigene Kochsendung *The Naked Chef*, die ihn in kurzer Zeit zum Medienstar machte. Seither ist er regelmäßig im britischen Fernsehen in verschiedenen eigenen Kochshows zu sehen und erzielt Einschaltquoten von bis zu 6 Millionen Zuschauern. Seine Sendungen werden inzwischen in über 100 Ländern ausgestrahlt. 2010 erhielt er den *Emmy Award* für *Food Revolution* in der Kategorie „beste Reality-Serie“. Jamie Oliver ist regelmäßig auch im deutschen Fernsehen bei den Sendern sixx und RTL Living zu sehen.

Seit 2013 betreibt Jamie Oliver auch einen eigenen You-Tube-Kanal namens *Food Tube*, der sich den Themen Kochen und Genuss widmet und in dem auch neue Kochtalente auftreten.

## Restaurants

Der beliebte Fernsehkoch unterhält mehrere Restaurants. Im *Fifteen*, das es in London, Cornwall und Amsterdam gibt, ermöglicht er sozial benachteiligten Jugendlichen eine Koch-Ausbildung. Seine Leidenschaft für die klassische italienische Küche verwirklicht er 2008 in Oxford in *Jamie's Italian*. Inzwischen hat er 40 weitere *Jamie's Italian* Filialen in ganz Großbritannien gegründet und auch weltweit 19 Filialen eröffnet, weitere Standorte in Rotterdam, Kanada und Neuseeland folgen demnächst. Im November 2010 eröffnete der Starkoch das *Barbecoa* in London, in dem das Essen mit Hilfe von Holz, Kohle und Rauch nach traditionellen Kochmethoden zubereitet wird. 2017 wird er am Flughafen Düsseldorf mit *Jamie's Deli* und *Jamie's Coffee Van* seine ersten beiden Lokale in Deutschland eröffnen.

## Kochbücher

Jamie Oliver veröffentlichte zahlreiche Kochbücher, die weltweit mehr als 33 Millionen Mal, davon allein 3,6 Millionen Stück im deutschsprachigen Raum, verkauft und in über 30 Sprachen übersetzt wurden. Sein Buch *Jamies 30-Minuten-Menüs* verkaufte sich so schnell wie kein anderes Sachbuch je zuvor und wurde zu Großbritanniens erstem Millionenbestseller. Hierzulande sind inzwischen achtzehn Bücher erschienen, *Jamies 5-Zutate-Küche* ist Nummer neunzehn.



## Engagement

Großen Erfolg hatte auch Jamie Olivers Kampagne *Feed me better*, bei der sich der Starkoch für gesünderes Essen und gegen Fertiggerichte in englischen Schulküchen einsetzte. In nur vier Wochen sammelte Jamie Oliver 270.000 Unterschriften, die er dem Premierminister übergab. Daraufhin stellte die Regierung 270 Millionen Pfund für besseres Schulessen zur Verfügung.

Mit seiner Initiative *Ministry of Food* in Großbritannien, Australien und den USA versucht der Starkoch, die Menschen wieder für das Kochen zu begeistern. In verschiedenen Kochcentern vermitteln Freiwillige das wichtigste Küchen-Know-How an Kochanfänger.

2012 startete Jamie Oliver sein Projekt *Kitchen Garden*. Hier wird Grundschulkindern gezeigt, wie sie ihr Essen aus selbst angebauten Zutaten frisch zubereiten können. Ein ähnliches Ziel verfolgt auch der im gleichen Jahr ins Leben gerufene *Food Revolution Day* Mitte Mai, an dem Menschen auf der ganzen Welt jährlich Feste und Dinner-Partys mit dem Ziel veranstalten, das Bewusstsein für gesunde und nachhaltige Ernährung zu fördern. Inzwischen hat sich der *Food Revolution Day* zu einem weltweit gefeierten Erfolg entwickelt. Seit 2011 veranstaltet Jamie Oliver zusammen mit dem Musiker Alex James einmal jährlich *The Big Feastival*, ein Festival für die ganze Familie, bei dem sich Musik-Acts und kulinarische Highlights verbinden.



### **Auszeichnungen (Auszug)**

- 2014** – Shorty Award: Essen
- 2013** – Honorary Fellow of the Royal College of General Practitioners
- 2012** – Silbermedaille der GAD für *Zu Gast bei Jamie*
- 2011** – *Jamies 30-Minuten-Menüs* wird Buchliebling in Österreich
- 2010** – *Jamies Amerika* wird Buchliebling in Österreich
- 2010** - Emmy Award für *Food Revolution* in der Kategorie „beste Reality-Serie“
- 2010** – TED Award
- 2010** – Ehrenpreis des Deutschen Nachhaltigkeitspreises für soziale Initiative und den Kampf gegen ungesunde Ernährung
- 2007** – Silbermedaille der GAD für *Besser kochen mit Jamie*
- 2006** – British Book Awards: Auszeichnung für herausragende Leistungen
- 2006** – Beste Dokumentarserie bei den Royal Television Society Awards für *Jamie's School Dinners*
- 2006** – BT Childline Awards 2006: Hero Award in Anerkennung seines Einsatzes für Kinder
- 2005** – Preis der Jury bei den Communiqué Awards 2005: Auszeichnung für einen herausragenden Beitrag zur Verbreitung von Gesundheitsbewusstsein
- 2005** – British Hospitality Association Award
- 2005** – Besondere Auszeichnung für die *School Dinners* Kampagne von der Local Authority Caterers Association Conference 2005
- 2005** – Alwyn Smith Preis der Faculty of Public Health für die *Feed Me Better* Kampagne
- 2003** – Sonderpreis der GAD für Innovation und Originalität für *Genial kochen mit Jamie Oliver*
- 2003** – MBE (Mitglied des Britischen Empire), Auszeichnung im Zuge der Birthday Honours der Queen
- 2003** – Tio Pepe Carlton London Restaurant Awards: Academy Award of Excellence
- 2003** – Tatler Best Restaurant Award für das *Fifteen*
- 2001** – GQ Auszeichnung als bester Koch in den USA
- 2000** – BAFTA-Award die TV-Serie *The Naked Chef* in der Kategorie Features
- 2001** – GQ Mann des Jahres Award in der Kategorie Fernsehstar



## Alle Jamie Oliver-Titel bei Dorling Kindersley





## Kontaktinformationen

Die DK-Pressabteilung:

Natalie Knauer  
Leitung PR und Öffentlichkeitsarbeit  
Telefon: 089-442326-241  
[natalie.knauer@dk-germany.de](mailto:natalie.knauer@dk-germany.de)

Jannik Schwarz  
Volontariat PR und Öffentlichkeitsarbeit  
Telefon: 089-442326-243  
[jannik.schwarz@dk-germany.de](mailto:jannik.schwarz@dk-germany.de)

Sie finden uns in der  
Arnulfstraße 124 in 80636 München  
[www.dorlingkindersley.de](http://www.dorlingkindersley.de)

Weitere Informationen finden Sie auf Jamie Olivers Homepage  
(auch auf Deutsch)  
[www.jamieoliver.de](http://www.jamieoliver.de)