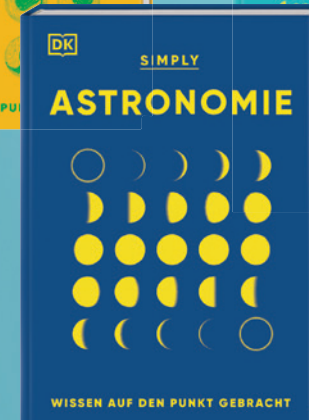
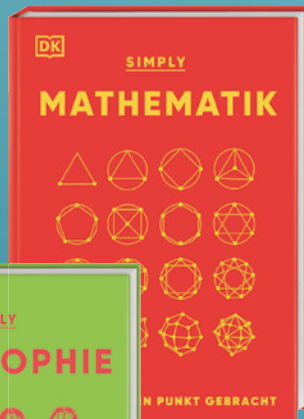
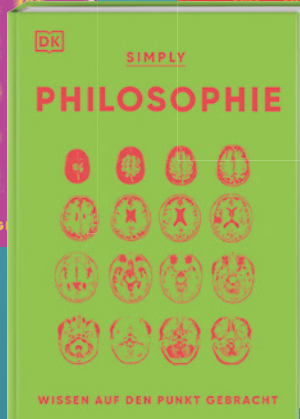
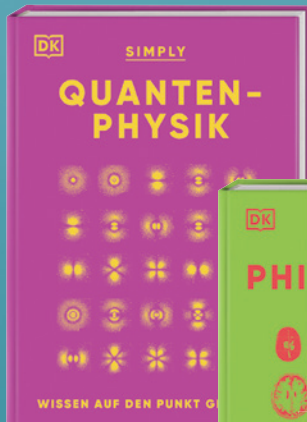




FRÜHJAHR
2023
RATGEBER
SACHBUCH





Bleiben Sie neugierig.



**KLIMANEUTRALER
DRUCK**

DE-2180-0420

Erscheinungstermine, Preise und Abbildungen: Datenstand November 2022



/dkverlag

Folgen, vernetzen, teilen!

Abonnieren Sie uns auf Facebook, Instagram, Youtube und Pinterest. Entdecken Sie Buch-Trailer, Gewinnspiele, Inspirationen, spannende Insights und vieles mehr. Gerne können Sie unsere Social Media-Materialien auch auf Ihren Kanälen verwenden. Sprechen Sie uns an!



ESSEN & GENIESSSEN





© Thorsten kleine Holthaus

Heiko Antoniewicz ist gelernter Koch, der mittlerweile als selbstständiger Berater Unternehmen, Köche und Hobbyköche in den Bereichen Molekularküche, Geschmacksschulung und Produktentwicklung unterstützt. Der renommierte und mehrfach ausgezeichnete Kochbuchautor hat sich mit Grundlagenwerken wie „Sous Vide“, „Fermentation“ oder „Brot“ einen Namen gemacht. Seine Kochbücher wurden vielfach ausgezeichnet - unter anderem als „Best in the World“. In seinen aktuellen Büchern widmet er sich der Welt der Aromen und Gewürze.



- **Informationen zu Gewürzen und deren Anwendungen für Hobbyköch*innen - vom Aromenpapst Heiko Antoniewicz!**
- Das Küchenpraxisbuch mit mehr als 75 überraschend würzigen Rezepten, ergänzt durch Tipps zu Beilagen.
- Den Blick öffnen - unter Gewürzen versteht Heiko Antoniewicz auch Würzzutaten, wie Birkenrinde, Zitronengras, Kapern..., da sie klassisch würzend eingesetzt werden.
- Mit praktischen Tipps zum perfekten Pairing
- Damit ist der Leser in der Lage die eigene Kreativität zu entwickeln.
- Die optimale Ergänzung zum erfolgreichen Buch „Aromen, das Kochbuch“

Heiko Antoniewicz
Gewürze - Das Kochbuch

240 Seiten
276 x 216 mm
Hardcover
Über 150 farbige Fotos
WG: 1455
Themenkochbücher

€34,95 (D) / €36,00 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4500-6



Bestellen Sie gleich mit:



€28,00 (D) / €28,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4009-4



UNSER AKTIONSPAKET FÜR SIE AROMEN AUS ALLER WELT



19,95 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4577-8



32,95 € (D) / 33,90 € (A)
ISBN 978-3-8310-4634-8



29,95 € (D) / 30,80 € (A)
ISBN 978-3-8310-4636-2



22,95 € (D) / 23,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4652-2



29,95 € (D) / 30,80 € (A)
ISBN 978-3-8310-4685-0

Unsere Empfehlungen für Sie
Wählen Sie selbst!

Inkl. Dekomaterial für Ihren POS

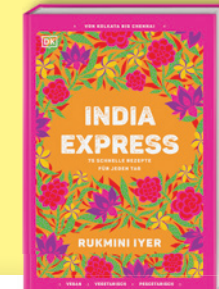
Ausführliche Infos erhalten Sie bei Ihrem/Ihrer
DK Vertreter*in oder direkt beim Verlag



Für einen aufmerksamkeitsstarken POS:
Tischbanner Aromen aus aller Welt
Maße 60 x 40 cm
Nr. 467/89183



24,95 € (D) / 25,70 € (A)
ISBN 978-3-8310-4677-5



22,95 € (D) / 23,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4701-7



© Kristin Perers

Georgina Hayden wuchs über der griechisch-zypriotischen Taverne ihrer Großeltern auf und entwickelte so die Liebe zum Kochen und zum Geschichtenerzählen. 12 Jahre lang war sie Teil des Food-Teams von Jamie Oliver, wo sie Rezepte entwickelte und für TV, Werbung und Magazine schrieb. Heute arbeitet die gefeierte Bestsellerautorin als Köchin, Autorin und Stylistin und lebt in London.



Prebrana: geschmorte Bohnen mit Zwiebeln

Dieses einfache Gericht ist ein Klassiker der arabischen Küche und in der Fastenzeit sehr beliebt. Es ist weit mehr als die Summe seiner Bestandteile: Bohnen und ein paar Gewürze, Beeren. Sie am besten gleich eine größere Menge zu - wie die meisten Beerenrezepte wird es mit der Zeit immer besser. Diese Bohnen passen gut zu den Langsam geschmorten Paprika (siehe S. 116) oder auch zu jedem anderen Salat- oder Gemüsegericht.

FÜR 4 PERSONEN

- 500g geschmorte Bohnen (oder 4 Dosen à 400g, abgetropft und Flüssigkeit ablassen)
- 1 Lorbeerblatt
- 8 Zwiebeln
- 8 Knoblauchzehen
- 100ml Sonnenblumenöl (oder Olivenöl)
- 1 EL Paprikapulver edelsüß (Mischung aus frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, scharfem Pfeffer und Paprika)
- zum Servieren: frische Petersilie

Zum Servieren: frische Petersilie

Die getrockneten Bohnen am Vorabend für 12 Stunden in reichlich kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag die Bohnen abgießen und mit dem Lorbeerblatt in einem großen Topf geben. Die Bohnen mit der dreifachen Menge Wasser bedecken und bei starker Hitze aufkochen. Die Temperatur reduzieren und die Bohnen etwa 1 1/2 Stunden köcheln lassen, bis sie weich sind. Bei Bedarf noch etwas Wasser zugießen. Die Bohnen abgießen, das Kochwasser dabei aufheben.

Die Zwiebeln auf 200°C vorheizen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Das Öl in einem anderen Topf leicht erhitzen. Die Zwiebeln darin bei schwacher Hitze 30 Minuten anbraten, bis sie weich sind und etwas Farbe angenommen haben. Salzen die Zwiebeln am Topfboden anheften, einen Spritzer Wasser unterheben. Knoblauch und Paprikapulver in den letzten 10 Minuten der Bratzeit unterheben. Die abgeseigerte Bohnen zugießen und 750ml Kochwasser oder Flüssigkeit aus der Dose zugeben, mit Salz und Pfeffer richtig würzen und alles gut vermischen. Für ein wenig die Hitze erhöhen, damit kein festes Bohnenöl entsteht. Die Bohnen im Ofen etwa 1-1 1/2 Stunden schmoren. Dabei immer wieder überprüfen, ob noch ausreichend Flüssigkeit vorhanden ist. Sollte die Bohnen austrocknen, als würden sie austrocknen, noch etwas kochendes Wasser zugießen. Das Endergebnis sollte etwas geriebig sein und unten weiche und glänzende Bohnen enthalten. Den Topf aus dem Ofen nehmen und die Bohnen abkühlen lassen, bis sie nur noch lauwarm sind. Nach Belieben die Petersilie grob hacken und über die Bohnen streuen. Mit kochendem Brat anrichten. Die Bohnen schmecken am nächsten und übernächsten Tag aufgewarmt noch besser.

Georgina Hayden
Nistisima
Traditionell, mediterran,
vegan

304 Seiten
254 x 195 mm
Hardcover
Mit farbigen Fotos
WG: 1455
Themenkochbücher

€29,95 (D) / €30,80 (A)
ET: März 2023
ISBN 978-3-8310-4685-0



- **Immer schon vegan: traditionelle Rezepte aus der Mittelmeer- und Levante-Küche**
- 120 Vegan-Rezepte: von Klassikern wie Dolmades oder Taboulé bis zu Neuentdeckungen wie jordanischem Kokosnuss-Grieß-Kuchen oder Ful Medames
- Küche und Kultur in wunderschönen Bildern erleben, mit persönlichen Geschichten der Bestsellerautorin aus Großbritannien
- Spannende Einblicke in orthodoxe Fastentraditionen aus Griechenland, dem Libanon, der Ukraine & Co.
- Inspirierende Rezeptvielfalt für Veganer*innen, Vegetarier*innen und alle Neugierigen

Bestellen Sie gleich mit:



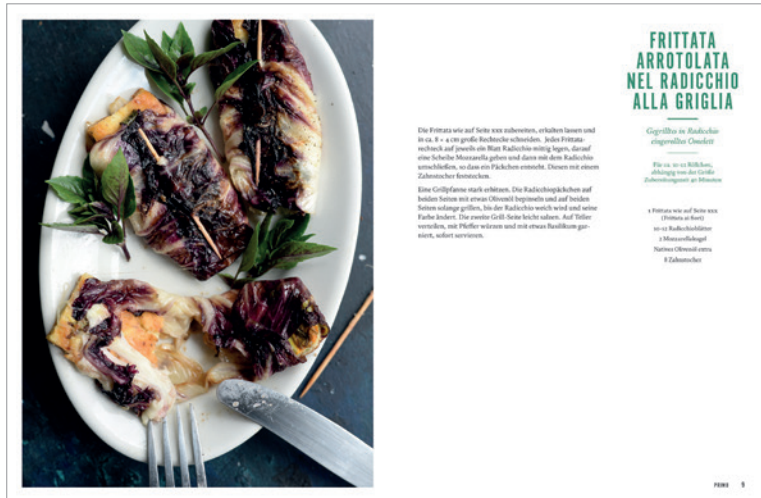
€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4273-9





© Joachim Kummerer

Cettina Vicenzino ist eine renommierte italienische Kochbuchautorin. Ihre Eltern betrieben ein italienisches Restaurant, in dem sie von klein auf mit in der Küche stand. Sie gilt als Expertin für die italienische Küche und ist bekannt dafür, Rezepte mit kulturhistorischen Zusammenhängen zu erklären. Ihre Kenntnisse hat sie auf zahlreichen Reisen durch alle Regionen Italiens angesammelt.



Cettina Vicenzino
Cucina Vegetariana
Vegetarische Rezepte
aus Italien

240 Seiten
253 x 197 mm
Hardcover
Über 350 farbige Fotos
WG: 1456
Gesunde Küche, Schlank
ke Küche

€29,95 (D) / €30,80 (A)
ET: März 2023
ISBN 978-3-8310-4636-2



Mit Lesebändchen

- **La vita dolce vegetarisch und vegan! Eine opulente gemüsereiche Entdeckungsreise nach Italien!**
- Raffiniert und informativ: die erfolgreiche und bekannte Kochbuchautorin Cettina Vicenzino liefert neue Gemüse-Kreationen mit Auberginen, Artischocken und Co. aus ihrer italienischen Küche und stellt typische Produkte mit vielen Hintergrundinformationen vor
- Ein wunderschönes Kochbuch alla Cettina: ein sinnliches Vergnügen bieten nicht nur Pasta-Salat mit Grapefruit oder Artischocken mit cremigem Bohnenpüree, sondern auch wunderschöne Bilder und die ansprechende Optik
- Für Neulinge und Hobbyköche: Die Autorin verrät Grundrezepte für Pasta, Brot und Pizzateig, Schritt-für-Schritt-Anleitungen und Tipps, damit es schmeckt wie in Italien

Bestellen Sie gleich mit:



€28,00 (D) / €28,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4172-5





© Manuela Rüther

Sarghuna Sultanie lebte in Kabul und studierte Chemie, bevor sie gemeinsam mit ihrem Mann, ihren vier Kindern und ihrer Mutter nach Deutschland flüchtete. In Deutschland angekommen, versuchte sie, die Erinnerung an die afghanische Esskultur und die Gerichte ihrer Familie aufrecht zu halten. Vor etwa 7 Jahren entschloss sie sich, alle Rezepte, die sie bis dahin nur im Kopf gesammelt hatte, für ihre Kinder und Enkelkinder festzuhalten. Sarghuna Sultanie ist seit Jahren sehr aktiv im Vorstand beim Afghanischen Frauenverein e.V. tätig.



Sarghuna Sultanie
Afghanische Küche
Rezepte und Geschichten
aus meiner Familien-
küche

224 Seiten
255 x 199 mm
Hardcover
Über 150 farbige Fotos
WG: 1454
Länderküchen

€32,95 (D) / €33,90 (A)
ET: März 2023
ISBN 978-3-8310-4634-8



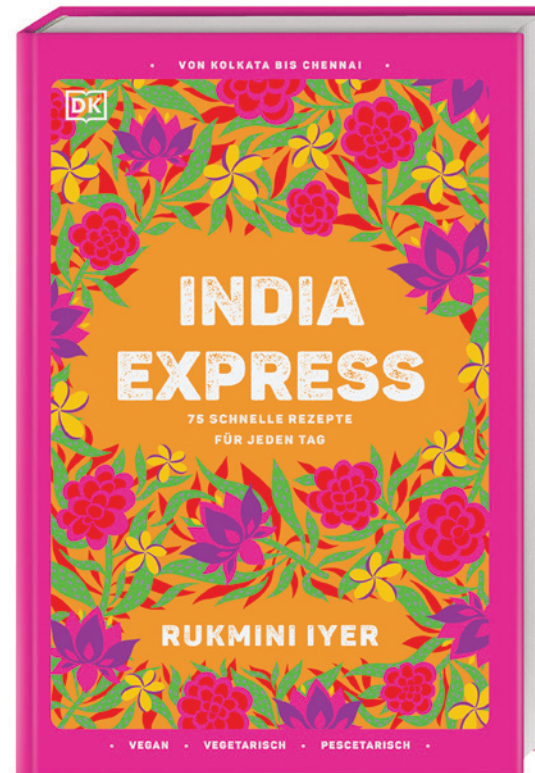
Mit Kupferfolie und
strukturiertem Einband

- **Afghanische Küche köstlich einladend wie nie! Dieses Buch zeigt eine reiche, sehr persönliche Länderküche voller Aromen und Leben**
- Afghanistan sichtbar machen: Die 80 Rezepte, Geschichten und Anekdoten verschaffen einen Einblick in Esskultur, Land und Leute
- Sehr persönlich und emotional: Das Buch ist ein Familienprojekt der Familie Sultanie, das nicht nur inhaltlich, sondern auch durch die Gestaltung einen authentischen, stimmungsvollen Eindruck schafft
- Frauen stärken: der Verlag unterstützt den Afghanischen Frauenverein e.V.
- Köstliche Gerichte wie Katschalu, Burani Kaddu oder Khabab Shami: die afghanische Küche ist köstlich vielfältig



© David Loftus

Rukmini Iyer ist eine britische Food-Stylistin und Autorin der Bestseller-Kochbuchserie „Roasting Tin“. Nach ihren erfolgreichen Kochbüchern „Ofen Express“ und „Green BBQ“ präsentiert Iyer in ihrem neuen Buch die indische Küche: Inspiriert von Rezepten aus Südindien und Bengalen, aber mit einem neuen Twist interpretiert - komplett ohne Fleisch, dafür frisch, lecker und unkompliziert. Sie hat eine große Fangemeinde auf Social Media mit 65 Tsd. Followern auf Instagram.



- **Indische Küche, aber express! Mit diesem Buch stehen im Handumdrehen leckere indische Gerichte auf dem Tisch!**
- Zeitgemäß kochen! Fast alle der 75 leckeren Rezepte sind vegetarisch oder vegan
- Die Rezepte sind einfach und zugänglich und gelingen Einsteigern ebenso wie Leuten mit wenig Zeit – ganz nach dem Motto „Maximaler Geschmack bei minimalem Aufwand“
- Indische Küche ist Trend: Pakoras, Dals, Currys und Co. laden zum Genießen ein
- Das neue Buch von Rukmini Iyer, der Autorin der erfolgreichen Kochbuchreihe „The Roasting Tin“ (weltweit über 1,25 Mio. verkaufte Bücher)

India Express

75 schnelle Rezepte für jeden Tag

272 Seiten

225 x 174 mm

Hardcover

Mit farbigen Fotos

WG: 1454

Länderküchen

€22,95 (D) / €23,60 (A)

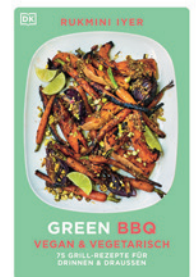
ET: März 2023

ISBN 978-3-8310-4701-7



Cover mit Goldfolie

Bestellen Sie gleich mit:



€16,95 (D) / €17,50 (A)

ISBN 978-3-8310-4338-5





© Kris Kirkham

Jeremy Pang machte vor über 10 Jahren seine Leidenschaft zum Beruf. Getreu dem Motto „Learn, laugh, eat“ gründete der YouTube-Star und TV-Koch die School of Wok, eine Kochschule für asiatische Küche im Herzen von London, wo er Foodies, Kochbegeisterte und Neugierige in die wunderbare Welt der asiatischen Küche einführt.



- **Einfach und schnell asiatisch kochen mit Wok-Meister Jeremy Pang: Über 80 Rezepte aus den Küchen Asiens für alle Fans von Nasi Goreng, Pad Thai, Ramen & Co.**
- Ruckzuck gebraten, gedämpft und frittiert: So vielfältig ist die Wok-Küche!
- Asia-Küche für alle: Blitzrezepte, Street-Food-Klassiker und Wow-Gerichte aus China, Thailand, Japan & Co.
- Wok-Skills perfektionieren mit vielen praktischen Tipps und Tricks
- Quick und easy: Mit der genialen Wok-Clock-Technik perfekt vorbereitet!

Jeremy Pang
School of Wok
Einfache Asia-Rezepte
- schneller gekocht als geliefert

208 Seiten
242 x 198 mm
Hardcover
Mit farbigen Fotos und Illustrationen
WG: 1454
Länderküchen

€19,95 (D) / €20,60 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4577-8



Bestellen Sie gleich mit:



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4318-7





© Akiko Ida

Maori Murota ist in Tokio geboren und aufgewachsen. Mit 17 Jahren zog sie nach New York, verbrachte daraufhin einige Zeit in Indonesien und ließ sich 2003 in Paris nieder, wo sie als Stylistin arbeitete. 2009 kehrte sie der Modebranche den Rücken, um sich ihrer Leidenschaft, dem Kochen, zu widmen und wurde als Auto-didaktin Küchenchefin der Pariser Restaurants Dūo und Bento. Heute ist sie als Event-Catererin und Privatköchin tätig und gibt Kurse zu japanischer Küche.



Maori Murota
Japan Home Kitchen
Japanisch kochen für jeden Tag mit 100 Rezepten, Techniken und Tipps für perfekte Ramen, Sushi & Co.

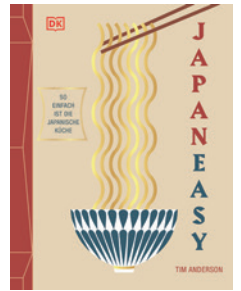
272 Seiten
269 x 214 mm
Hardcover
Mit farbigen Fotos
WG: 1454
Länderküchen

€26,95 (D) / €27,80 (A)
ET: März 2023
ISBN 978-3-8310-4688-1



- **Japanische Familienküche für zu Hause - authentisch, einfach, köstlich!**
- Der perfekte Einstieg mit 100 Alltagsgerichten der Japanerin Maori Murota
- Sushi, Okonomiyaki, Dumplings und mehr: authentischer Mix aus traditionellen und modernen Gerichten
- So gelingen Ramen-Nudeln, Gyoza-Teig, Dashi-Brühe & Co zu Hause: mit Grundtechniken und Schritt-für-Schritt-Anleitungen für Basics
- Mit viel Wissenswertem über Produkte wie Tofu, Miso und Algen

Bestellen Sie gleich mit:



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4253-1



Soizic Chomel; Thibault Schuermans
Mit Teigtaschen um die Welt
 50 Rezepte für Ravioli, Gyoza, Manti und Co.

176 Seiten
 266 x 197 mm
 Hardcover
 WG: 1455
 Themenkochbücher

€22,95 (D) / €23,60 (A)
ET: März 2023
 ISBN 978-3-8310-4652-2



- **Egal ob italienisch, japanisch, türkisch oder libanesisch: hier zeigt sich die ganze Welt der Teigtaschen**
- Einsteigertauglich: leicht zu befolgende Rezepte, die für alle zugänglich sind, und einfach erklärte Techniken mit Schritt-für-Schritt-Fotos
- Mit Geschichten, Hintergrundinfos und illustrierter Weltkarte, die zeigt, wo welche Teigtasche herkommt
- 50 Teigtaschen-Rezepte, sowie ein Kapitel für Saucen und Beilagen, inspiriert von den Küchen aus aller Welt
- Teigtaschen-Basics: Alle Grundtechniken und -teige werden ausführlich und reich bebildert vorgestellt

MANTI

4 Personen
150 Stück

Für den Teig
 300 g Weizenmehl
 1 Ei
 110 ml Wasser
 2 EL Olivenöl
 1 TL Salz

Für die Füllung
 250 g Rinder- oder Lammfleisch
 1 rote Zwiebel
 2 Stängel Petersilie (nur die Blätter)
 2 Stängel Minze (nur die Blätter)
 Salz, Pfeffer

Für die Fleischsauce
 250–300 g Fleischsauce nach nordischer Art (z.B.)
 2 Knoblauchzehen
 Salz

Für die rote Sauce
 4 EL Olivenöl
 1 EL Tomatenmark (oder Orzo, nach Geschmack)
 1 TL gemahlener Sumach
 1 TL Chiliflocken (nach Geschmack)

Zum Servieren
 2 Stängel Minze (nur die Blätter)
 Chiliflocken nach Geschmack
 Gemahlener Sumach

- Alle Zutaten für den Teig verrühren, dann 6–8 Minuten kneten, bis der Teig glatt und elastisch ist. Zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und 1 Stunde in den Kühlschrank legen.
- Die Kräuter abspülen und abtropfen. Das Fleisch und die Hälfte der Minze hacken und in eine Schüssel geben. Fleisch und die gehackte rote Zwiebel zugeben, gut vermengen und zur Seite stellen.
- Für die Quarkfülle die Knoblauchzehen abspülen und pressen. 1 Prise Salz und den Quark zugeben und gut vermischen. In den Kühlschrank stellen.
- Für die rote Sauce das Öl in einem Topf erhitzen. Die restlichen Zutaten zugeben und 2 Minuten kochen. Den Topf vom Herd nehmen. Den Deckel auf den Topf legen und die Sauce ziehen lassen.
- Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Den Teig in 6 Stücke teilen und mit einem Nudelholz ausrollen. Ein Teigtück auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und Manti-Formen und -Falten (siehe Seite 48). Die Manti auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
- Wenn das Blech voll ist, 10 Minuten in den Ofen schieben.
- Die Manti aus dem Ofen nehmen und auf einen Teller legen.
- Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Manti 8–10 Minuten darin garen, dabei vorsichtig umdrehen, damit sie nicht auseinander fallen.

8. Die rote Sauce bei schwacher Hitze erwärmen und die restlichen Mantiblätter hacken.

10. Die Manti mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser nehmen und auf Serviertellern anrichten.

11. Kurz vor dem Servieren Quark-Sauce, rote Sauce und gehackte Minze auf den Manti verteilen. Nach Belieben mit etwas gemahlener Sumach und Chiliflocken bestreuen.

TIPP
 Wenn es schneller gehen soll, können Sie auch größere Manti-Formen. Nach dem Backen und Erhitzen können sie etwa 1 Monat eingefroren werden. Zur weiteren Zubereitung einfach gefroren in kochendes Wasser geben.

Wer 100 Manti mit einem Handlöffel servieren will, braucht einen Baumgummi.

SELLERIE-RAVIOLI MIT GORGONZOLA

6 Personen (als Vorspeise)

Für die Ravioli
 1 Schale Sellerie
 1 Ei
 1 kleine Haselnuss (ca. 20 g)
 1 Stück Butter

Für die Sauce
 60 g Gorgonzola
 4 EL Rindfleisch-Sauce
 Salz, Pfeffer

Zum Servieren
 Haselnüsse
 Estragon

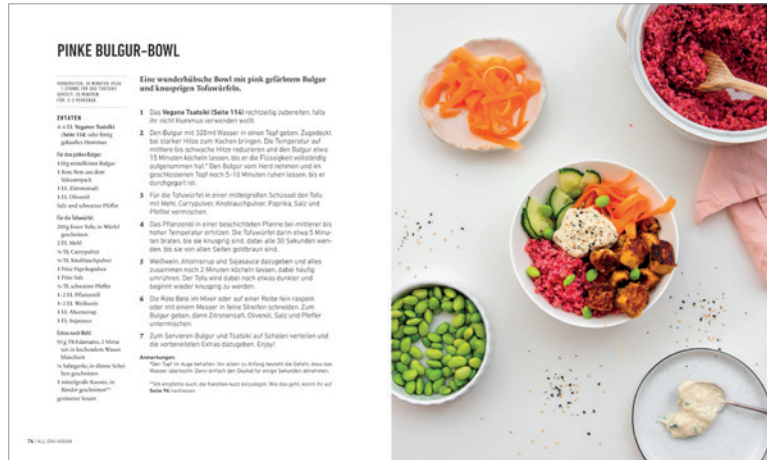
- Die Sellerieblätter abziehen und in dünne Ringe schneiden. Die Äpfel schälen, entkernen und würfeln. Äpfel und Sellerie in einer Pfanne mit der Butter 10 Minuten braten.
- Die Sellerie schälen und in dünne Scheiben schneiden. Aus den Scheiben mit einem Ausstecher Kreise ausstechen.
- 100 g der beim Ausstechen angefallenen Selleriereste hacken. In einem Topf mit kochendem Salzwasser einige Minuten garen, dann mit dem Gorgonzola im Mixer pürieren. Die Sauce aufgießen und erneut mischen. Wenn die Sauce zu dick ist, etwas Kochwasser zugeben. Zur Seite stellen.
- Die Sellerieblätter-Apfel-Mischung kurz pürieren, sie soll noch etwas stückig sein.
- 1 Handvoll Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann grob hacken.
- Die Selleriescheiben einige Minuten in reichlich Salzwasser kochen. Sie sollten weich sein, aber nicht zerfallen.
- Die Hälfte der Selleriescheiben auf Tellern verteilen. Mit der Apfel-Sellerie-Mischung belegen. Die restlichen Selleriescheiben mit einem Hut darauflegen. Mit der Sauce übergießen, mit Haselnüssen und Estragon bestreuen.

Feiern Sie das neue Frühlingsfest!



© Wioleta Piotrowska

Mina Rome vloggt seit über 5 Jahren auf ihrem gleichnamigen veganen YouTube-Kanal und hat über 550 Tsd. Subscriber*innen. Mit ihren alltagstauglichen und schnellen Rezepten begeistert sie ihre stetig wachsende Community aus den USA und Deutschland. Mina zeigt, wie einfach veganes Kochen und Backen ist und wie viel Spaß es macht.



Mina Rome
All day vegan
100 easy Rezepte von
YouTube-Star Mina Rome

240 Seiten
240 x 202 mm
Hardcover
Über 100 farbige Fotos
WG: 1456
Gesunde Küche, Schlan-
ke Küche

€22,95 (D) / €23,60 (A)
ET: Dezember 2022
ISBN 978-3-8310-4649-2



- **24/7 vegan: Das erste Kochbuch der YouTuberin Mina Rome mit lässigen und leckeren Rezepten für jede Tageszeit**
- Reichweitenstarke Autorin aus Berlin: Mina vloggt seit über 5 Jahren auf ihrem veganen YouTube-Kanal „Mina Rome“ und hat über 550 Tsd. Subscriber*innen
- Perfekt für Vegan-Einsteiger*innen: 100 einfache Rezepte mit gut erhältlichen Zutaten
- Food-Trends und beliebte Klassiker aus aller Welt: von perfekten Frühstücks-Pancakes, über Banh-Mi-Salat zum Lunch bis zur deftigen Gyros-Pita zum Abendessen
- Kreativ werden mit unzähligen Rezept-Variationen für jeden Geschmack

Bestellen Sie gleich mit:



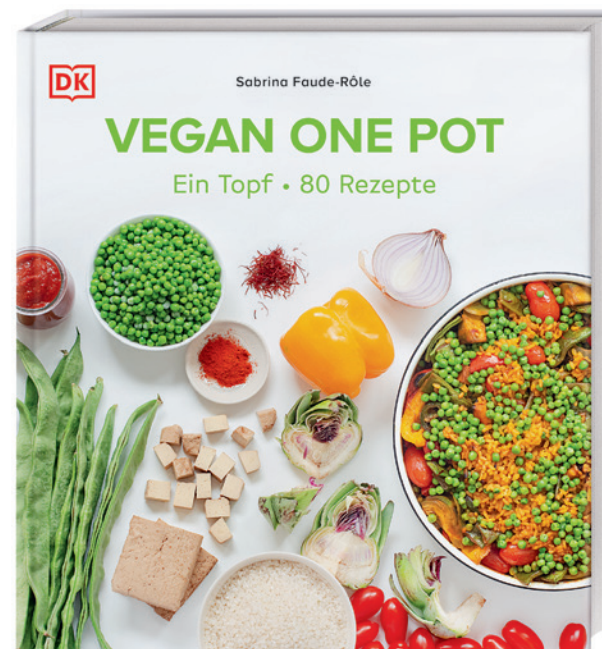
€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4324-8



Sabrina Faude-Rôle
Vegan One Pot
 Ein Topf - 80 Rezepte

192 Seiten
 224 x 206 mm
 Hardcover
 Mit farbigen Fotos
 WG: 1455
 Themenkochbücher

€19,95 (D) / €20,60 (A)
 ET: Februar 2023
 ISBN 978-3-8310-4703-1



- **One-Pot-Trend jetzt auch in vegan: So einfach kann kochen sein**
- Ideal zusammengestellt: 80 Gerichte für eine ausgewogene Ernährung, viel frisches Gemüse, Getreide und Hülsenfrüchte liefern alle Nährstoffe, die man braucht
- Ganz schnell vorbereitet, der Topf erledigt den Rest: Alle Rezepte sind absolut alltagstauglich und gelingen auch unerfahrenen Köch*innen spielend
- Toller Mix aus alten Bekannten und neuen Rezeptinspirationen: Von veganisierter Paella und Mac & Cheese bis zu Petersilien-Spaghetti mit Hummus und Spinat und zur Karotten-Tempeh-Pfanne
- Mit Currys, Pasta, Suppen und Desserts ist für jeden Geschmack und Anlass etwas dabei

Bestellen Sie gleich mit:



€19,95 (D) / €20,60 (A)
 ISBN 978-3-8310-4325-5





© Boris Seifert

Jérôme Eckmeier ist sechsfacher Vater und gelernter Koch. Seit Jahren ernährt er sich und seine Familie vegan. Kochen ist für ihn Leidenschaft, bewusstes Leben, Lebensfreude und gemeinsames Erleben. Er lebt in Ostfriesland und gibt Kochkurse in ganz Deutschland, dabei spielen vor allem hochwertige, natürliche Zutaten eine Rolle. **Daniela Lais** ist langjährige Veganerin. Die Weltenbummlerin ist in Österreich aufgewachsen und lebt heute nach mehreren Zwischenstationen in den USA.



- **Backen aus aller Welt - vegan style: über 80 süße und herzhaftes Rezepte vom Erfolgsautoren-Duo Jérôme Eckmeier & Daniela Lais**
- Für jeden was dabei: von veganisierten Klassikern, die jeder liebt, bis hin zu internationalem Trendgebäck
- Vielfältige Rezeptauswahl: Schwedische Zimtknoten, Omas gedeckter Apfelkuchen, fluffige Kräuter-Bagels, Maistortillas und vieles mehr
- Für besondere Ernährungsformen und -bedürfnisse geeignet: Viele gluten-, soja-, nussfrei oder »raw« zubereitete Optionen
- Vegan Backen leicht gemacht: Warenkunde und Techniken sowie hilfreiche Tipps der Autoren zeigen auch Einsteiger*innen, wie es geht!

Eckmeier, Jérôme; Lais, Daniela
Vegan Baking
Mit Kuchen, Cookies, Bagels & Co. um die Welt

192 Seiten
253 x 197 mm
Hardcover
Mit farbigen Fotos und Illustrationen
WG: 1457
Backen

€22,95 (D) / €23,60 (A)
ET: Dezember 2022
ISBN 978-3-8310-4501-3



Bestellen Sie gleich mit:



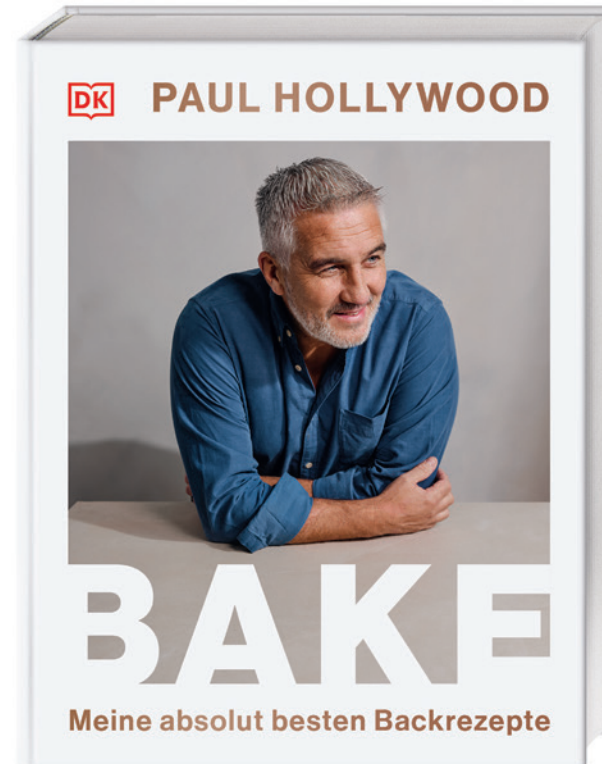
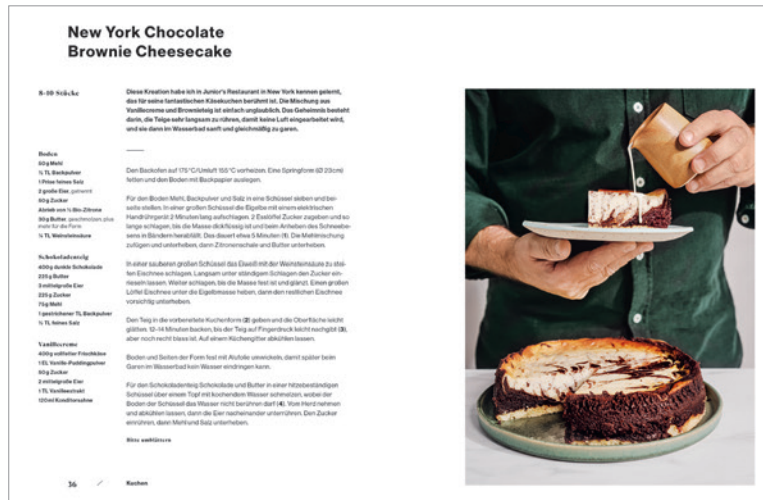
€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-2780-4





© Haarala Hamilton

Paul Hollywood ist Bäcker, Autor und gehört als Juror bei der TV-Show The Great British Bake-Off zu den bekanntesten Back-Experten Großbritanniens. Im Laufe seiner Karriere hat er eine Vielzahl unwiderstehlicher Backwaren kreiert, getestet und verkostet, ist viel gereist und hat dabei eine Menge über das Handwerk gelernt, das er so liebt.



- **Über 90 Klassiker aus aller Welt vom Profibäcker und The Great British Bake Off Juror Paul Hollywood!**
- Rezeptinspirationen für jeden Geschmack: Cookies, Sauer-teig-Brot, Zitronenkuchen, Beeren-Cheesecake, Chouxnuts und vieles mehr
- Step-Bilder zu anspruchsvolleren Arbeitsschritten erleichtern den Einstieg
- Große Rezeptbandbreite von easy-peasy bis spektakulär
- Ein Backbuch für alle Lebenslagen: Buttrige Croissants zum Frühstück, selbstgemachtes Brot für die wildesten Sandwich-Kreationen, duftender Apple Pie zum Kaffeeklatsch und Desserts für die Krönung eines perfekten Abends

Paul Hollywood
Bake
Meine absolut besten
Backrezepte

304 Seiten
251 x 195 mm
Hardcover
WG: 1457
Backen

€29,95 (D) / €30,80 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4710-9



Bestellen Sie gleich mit:



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4348-4



Carolyn Robb ist gelernte Köchin und war 13 Jahre als königliche Küchenchefin tätig. Während dieser Zeit konnte sie einige der prächtigsten königlichen Paläste und Schlösser als ihren Arbeitsplatz nennen und kochte für die Königlichen Hoheiten, den Herzog und die Herzogin von Gloucester, den Prinzen und die Prinzessin von Wales sowie Prinz William und Prinz Harry.



Royal Teatime
Köstliche Rezepte aus
der Palastküche

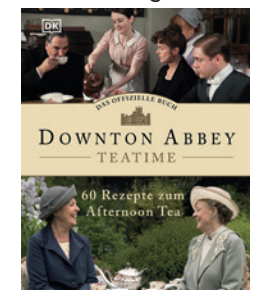
166 Seiten
222 x 177 mm
Hardcover
WG: 1458
Getränke

€19,95 (D) / €20,60 (A)
ET: März 2023
ISBN 978-3-8310-4689-8



- **Exklusive Rezepte direkt aus der Palastküche von der ehemaligen Küchenchefin von König Charles**
- Teatime genießen wie die Royals: Mit Zitronen-Thymian-Kuchen wie im Highgrove House, Winston Churchills Teatime-Lieblingen oder Lachstörtchen vom schottischen Landsitz Balmoral Castle
- Ein Must-have für alle Fans von den Royals und Serien wie The Crown und Downton Abbey
- Exklusiver Einblick in das Leben der Royals dank zahlreicher Bilder der verschiedenen Residenzen, historischer Quellen und Geschichten der Autorin
- Von traditionell bis modern und raffiniert bieten die Rezepte royalen Genuss für jeden Geschmack

Bestellen Sie gleich mit:



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4079-7



Eine Küchenmaschine,
80 neue Rezepte



- **Endlich das perfekte Backbuch für die KitchenAid! Mit diesen Rezepten holen Sie das Maximum aus ihrer Küchenmaschine**
- Die KitchenAid ist bei Hobbybäcker*innen und Profis gleichermaßen beliebt: kein anstrengendes Kneten, dafür viel Zeitersparnis bei der Zubereitung und ein perfektes Ergebnis
- Egal ob Klassiker oder aufwendigeres Feingebäck: Mit diesen Rezepten gelingt beides garantiert
- Mit ausführlichen Informationen zu Equipment und Techniken ist dieses Buch der ideale Begleiter für alle, die eine KitchenAid zuhause haben



- **Das ganze Jahr Gemüse, Obst und Kräuter genießen. Ob Einlegen, Einmachen oder Einkochen: Selbermachen ist ungebrochener Trend!**
- Von klassisch bis ausgefallen: 52 gelingsichere Rezepte für jede Jahreszeit, von Tomatenrelish über Amarettokirschen bis zu Weihnachtslikör
- Besonderer Clou: Ein Küchenprojekt für jede Woche – von Minzsirup im Frühling bis zu eingekochtem Rotkohl im Winter
- Müheloser Einstieg mit wertvollen Tipps und Tricks
- Ein Must-have für alle, die nachhaltig und gesund leben möchten

André Spange Nabulsi
Das ganze Jahr im Glas

Einfach einmachen: 52
 Rezepte

232 Seiten
 247 x 182 mm
 Hardcover
 Mit farbigen Fotos
 WG: 1455
 Themenkochbücher

€19,95 (D) / €20,60 (A)
ET: März 2023
 ISBN 978-3-8310-4635-5

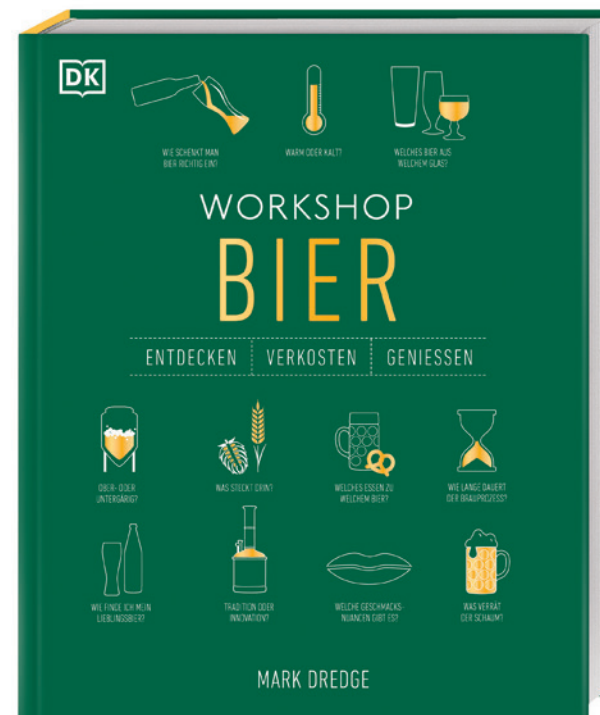


Bestellen Sie gleich mit:



€16,95 (D) / €17,50 (A)
 ISBN 978-3-8310-3642-4





Mark Dredge
Workshop Bier
 Entdecken, Verkosten,
 Genießen

224 Seiten
 241 x 202 mm
 Hardcover
 Mit farbigen Fotos und
 Illustrationen
 WG: 1458
 Getränke

€22,95 (D) / €23,60 (A)
ET: März 2023
 ISBN 978-3-8310-4640-9



Cover mit Goldfolie

- **Brautechniken, Biersorten im Porträt, Tipps fürs Schmecken und Verkosten: Mit diesem ultimativen Bier-Guide wird jeder zum Bierprofi!**
- Für Einsteiger und Bierkenner gleichermaßen: Bier-Experte Mark Dredge vermittelt sein ganzes Wissen von traditioneller Braukunst bis hin zu aktuellen Biertrends
- Hopfig, malzig, fruchtig, herb? Mit ausführlichen Tipps zum Verkosten und Schmecken
- Vielfältige Praxistipps: Von der Wahl des passenden Glases bis zum richtigen Einschenken für die perfekte Schaumkrone
- Der Einstieg in die Welt des Bieres - leicht verständlich und unterhaltsam aufbereitet, mit vielen Fotos und Infografiken

Bestellen Sie gleich mit:



€19,95 (D) / €20,60 (A)
 ISBN 978-3-8310-4010-0



Alle lieben Jamie Oliver

DANKE FÜR 6 MIO. VERKAUFTE BÜCHER!



Liebe Buchhändler*innen, gemeinsam mit Jamie Oliver bedanken wir uns bei Ihnen für diesen großartigen Erfolg.

Von „Kochen mit Jamie Oliver“ über „Jamies 5-Zutaten-Küche“ bis zu „ONE“: Mit seinen Bestseller-Kochbüchern hat er Millionen von Menschen dazu inspiriert, selbst zu kochen und dabei frische Lebensmittel zu verwenden. Mit seiner Organisation führt Jamie Oliver eine globale Ernährungsrevolution an, die Fettleibigkeit bei Kindern bekämpft sowie Gesundheit und Wohlbefinden aller Menschen durch gutes Essen verbessern will.



Hier geht's zu Jamies Dankesbotschaft!



Special Offer

Ab 15.12.2022 bieten wir Jamies Kult-Kochbuch „Kochen mit Jamie Oliver“ zum Ladenpreis von 10,00 € (D) / 10,60 € (A) an. Sichern Sie jetzt Ihre Exemplare!

Alter Preis:
20 € (D)
Neuer Preis:
10 € (D)



ISBN 978-3-8310-3762-9



Von Anfang an genial! Seit über 20 Jahren revolutioniert Jamie Oliver die Foodwelt – und prägte eine ganze Generation. Doch wie fing seine Karriere eigentlich an? Schwelgen Sie in Erinnerungen und kehren Sie zurück zu dem Moment, als der Jungkoch zum großen Star wurde. Die Jubiläumsausgabe seines allerersten Kochbuches beweist: Jamies einfache Rezepte sind beliebter denn je.

FRÜHJAHR 23 BACKLIST

KOCHBUCH
MATTHAES



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4579-2



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4331-6



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3421-5



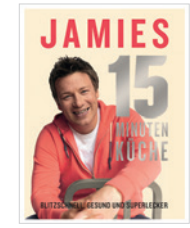
€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3828-2



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4091-9



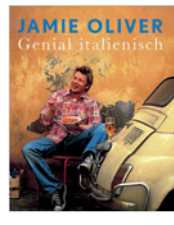
€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3584-7



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-2263-2



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-1834-5



€24,90 (D) / €25,60 (A)
ISBN 978-3-8310-0879-7



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3159-7



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-2716-3



€24,95 (D) /
ISBN 978-3-8310-2893-1



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-2485-8



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-1322-7



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-1556-6



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4596-9



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3583-0



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4086-5



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4294-4



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-2333-2



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-1843-7



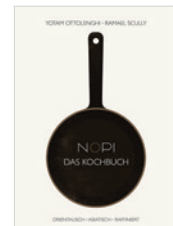
€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-2691-3



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3301-0



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-2108-6



€34,95 (D) / €36,00 (A)
ISBN 978-3-8310-2894-8



€28,00 (D) / €28,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4009-4

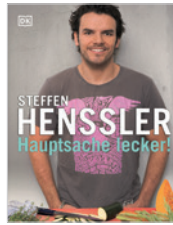


€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4357-6



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4186-2





€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4460-3



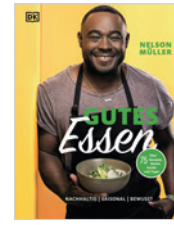
€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4412-2



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3450-5



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4281-4



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4502-0



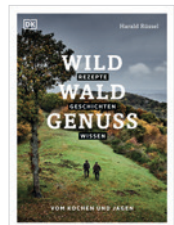
€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4198-5



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4556-3



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4450-4



€34,95 (D) / €36,00 (A)
ISBN 978-3-8310-4199-2



€34,95 (D) / €36,00 (A)
ISBN 978-3-8310-4466-5



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4424-5



€22,00 (D) / €22,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4559-4



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4334-7



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4348-4



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4432-0



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4222-7



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4341-5



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-2836-8



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3988-3



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4251-7



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3437-6



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3885-5



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4325-5



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4384-2



€22,00 (D) / €22,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4304-0



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4324-8

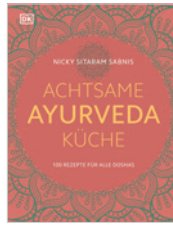


€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4404-7



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4338-5





€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3649-3



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4515-0



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4594-5



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4597-6



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4079-7



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-3845-9



€22,95 (D) / €23,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3989-0



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4010-0



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4292-0



€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-4584-6



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4587-7



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4612-6



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4629-4



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4445-0



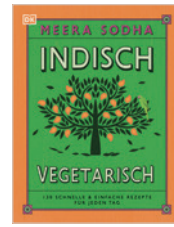
€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3884-8



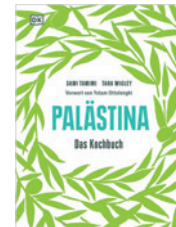
€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-2784-2



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4273-9



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-3237-2



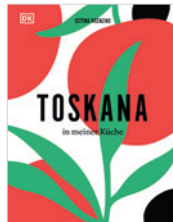
€28,00 (D) / €28,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3982-1



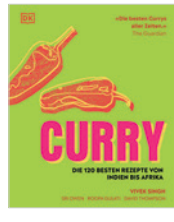
€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4109-1



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4351-4



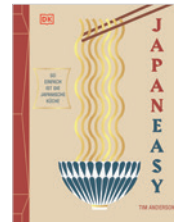
€28,00 (D) / €28,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4172-5



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4385-9



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4247-0



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4253-1



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-2165-9



€28,00 (D) / €28,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3985-2



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4318-7





€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3852-7



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3993-7



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4533-4



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4534-1



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4536-5



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4538-9



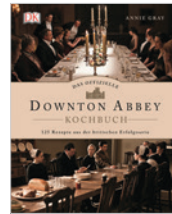
€69,90 (D) / €71,90 (A)
ISBN 978-3-98541-059-0



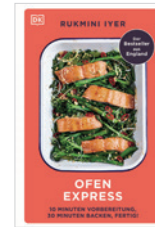
€69,90 (D) / €71,90 (A)
ISBN 978-3-98541-061-3



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-3834-3



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-3881-7



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4295-1



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4291-3



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-3642-4



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3987-6



€34,00 (D) / €35,00 (A)
ISBN 978-3-8310-3883-1



€28,00 (D) / €28,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3454-3





NACHSCHLAGEN,
LERNEN & SCHENKEN

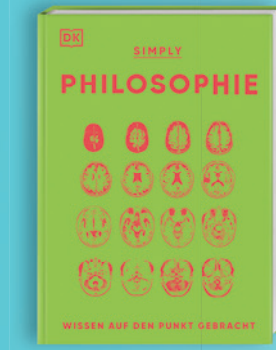
DIE NEUE SACHBUCH-REIHE



WISSEN ÜBERRASCHEND EINFACH

Die neue Sachbuch Reihe SIMPLY macht komplizierte Themen auf originelle Art anschaulich und damit leicht verständlich – für alle, die wenig Zeit haben und hungrig nach Wissen sind! Mittels origineller Grafiken und komprimierter Texte werden komplexe Inhalte auf das Wesentliche reduziert und die wichtigsten Themen, Ideen und Theorien vorgestellt.

- + Komplexe Themen überraschend leicht und verständlich erklärt
- + Visuelles Nachschlagwerk mit übersichtlichen Grafiken, Diagrammen und kurzen Texten
- + Ideal für unterwegs durch ein handliches Format und extra-leichtem Einband



WERBEMATERIAL FÜR IHREN POS!



Tischbanner Simply
Maße: 60 x 40 cm
Nr. 467/89181



Postkarten-Set Simply
(1 VE = 60 Karten
mit 6 Motiven)
Format: A6
Nr. 467/89186

Großartiges Social Media-Material

Kurze Reels mit Inhalten aus der Reihe zeigen den kompakten und verständlichen Aufbau von SIMPLY. Diese eignen sich hervorragend für ein Posting auf Ihren Kanälen – sprechen Sie dafür gerne Ihre*n Ansprechpartner*in an.

    /dkverlag



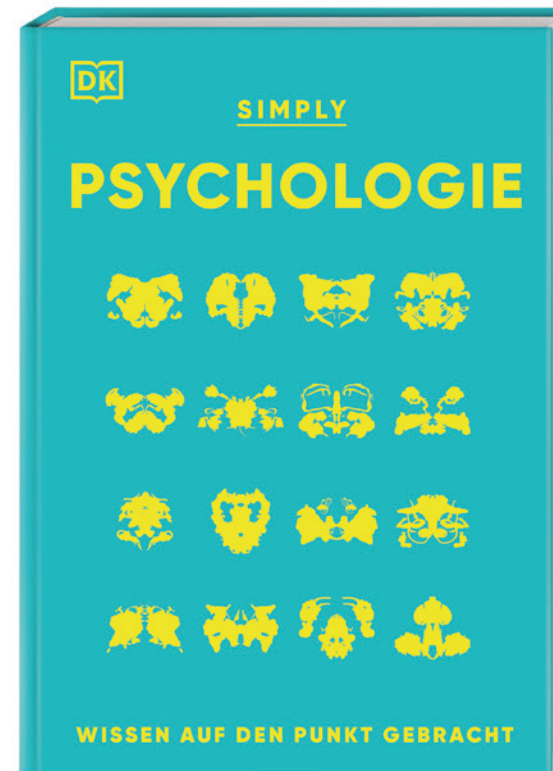
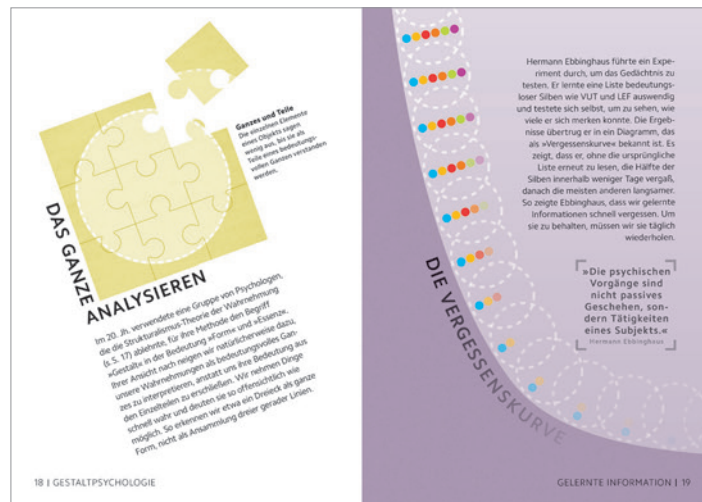
Minivideos
Länge: 30 Sekunden
Format 9:16



Simply
**SIMPLY. Psycho-
 logie**
 Wissen auf den Punkt
 gebracht

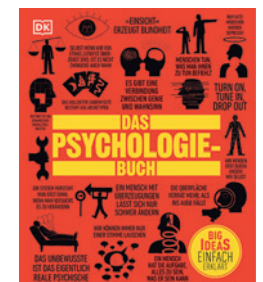
160 Seiten
 216 x 155 mm
 Hardcover
 Mit farbigen Illustratio-
 nen
 WG: 1932
 Psychologie: Allgemei-
 nes, Nachschlagewerke

€12,95 (D) / €13,40 (A)
ET: Februar 2023
 ISBN 978-3-8310-4604-1



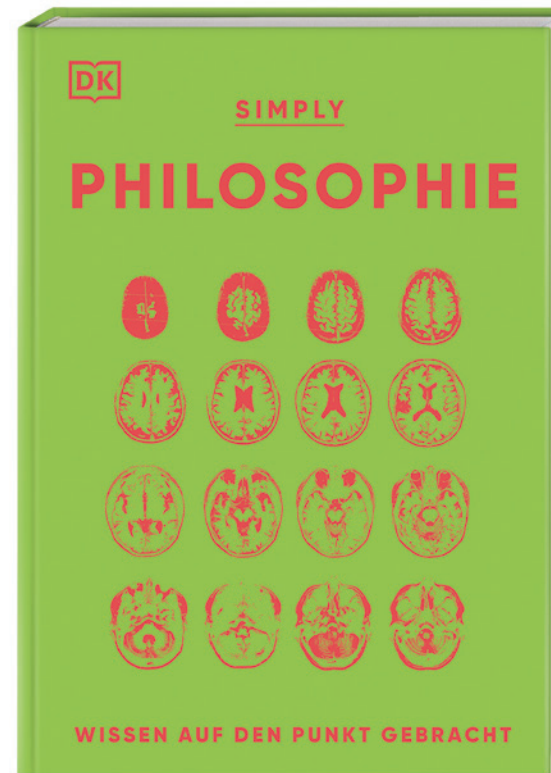
- **Visueller kann Wissen nicht sein - die neue Sachbuchreihe SIMPLY macht Themen auf originelle Art anschaulich und damit verständlich**
- Reduziert und ästhetisch: Jede Seite begeistert mit einer individuellen Text-Bild-Komposition
- Auf den Punkt: komplexe Inhalte überraschend leicht verständlich durch komprimierte Texte
- Beantwortet grundlegende Fragen zur Natur und Entwicklung der menschlichen Psyche - zum besseren Verständnis von sich selbst und Anderen
- Simply für alle und überall: Hochwertiger leichter Einband, handlich in Format und Umfang - passt in jede Tasche!

Bestellen Sie gleich mit:



€26,95 (D) / €27,80 (A)
 ISBN 978-3-8310-2209-0





- **Visueller kann Wissen nicht sein - die neue Sachbuchreihe SIMPLY macht Themen auf originelle Art anschaulich und damit verständlich**
- Reduziert und ästhetisch: Jede Seite begeistert mit einer individuellen Text-Bild-Komposition
- Auf den Punkt: komplexe Inhalte überraschend leicht verständlich durch komprimierte Texte
- Stellt 90 der spannendsten und wichtigsten Ideen vor, um alle Zweige der Philosophie abzudecken
- Simply für alle und überall: Hochwertiger leichter Einband, handlich in Format und Umfang - passt in jede Tasche!

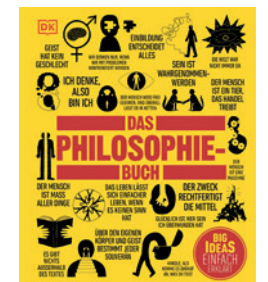
Simply
SIMPLY. Philosophie
Wissen auf den Punkt gebracht

160 Seiten
216 x 155 mm
Hardcover
Mit farbigen Illustrationen
WG: 1922
Philosophie: Allgemeines, Nachschlagewerke

€12,95 (D) / €13,40 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4605-8

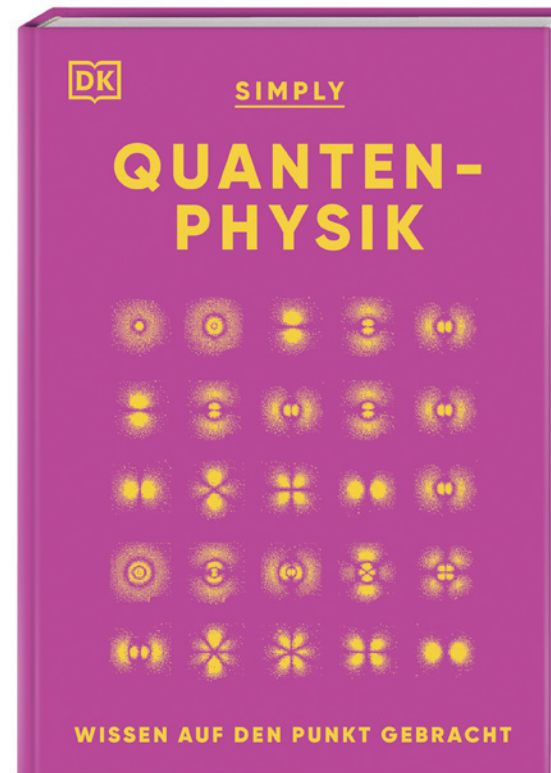
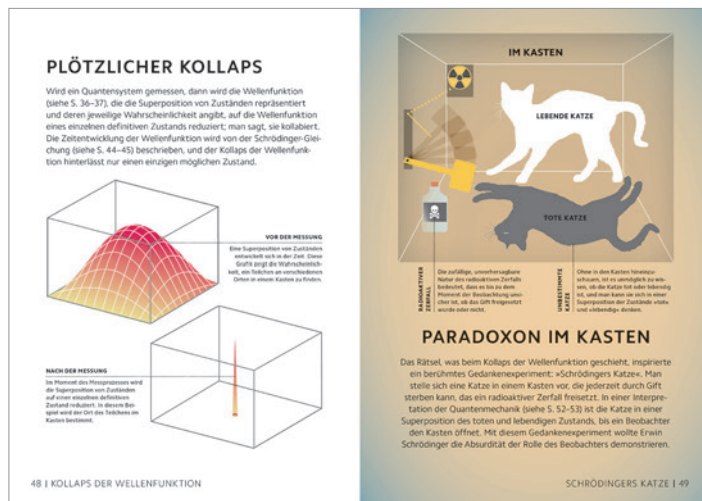
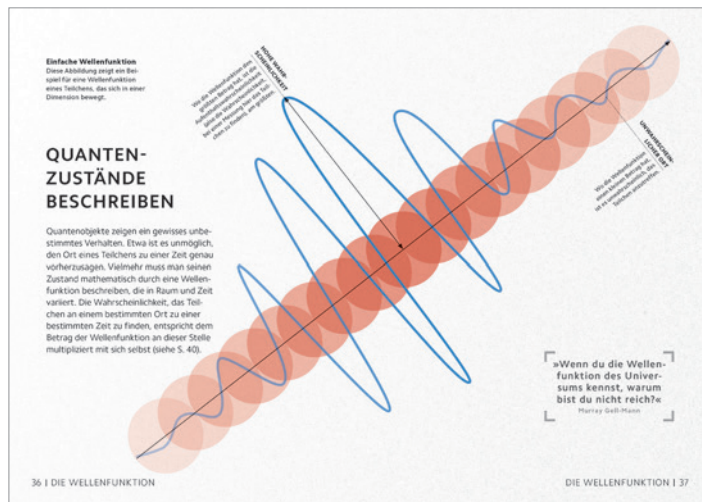


Bestellen Sie gleich mit:



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-1969-4





Simply
**SIMPLY. Quanten-
physik**
Wissen auf den Punkt
gebracht

160 Seiten
216 x 155 mm
Hardcover
Mit farbigen Illustratio-
nen
WG: 1982
Naturwissenschaft

€12,95 (D) / €13,40 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4606-5



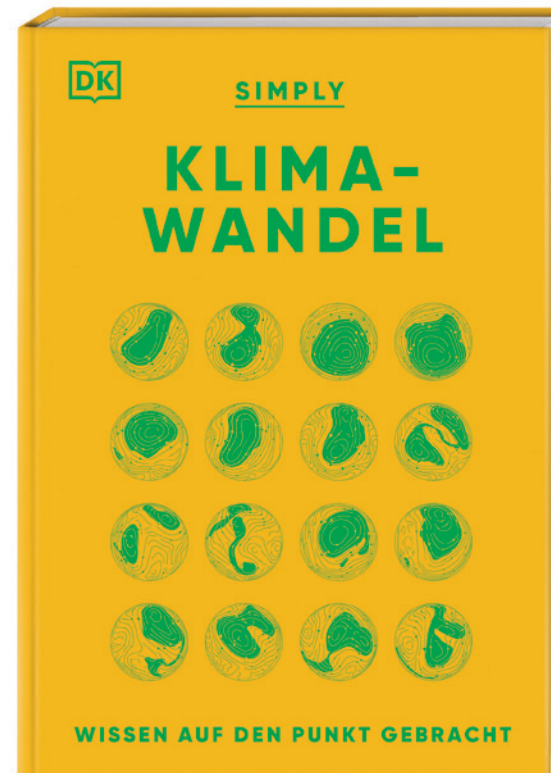
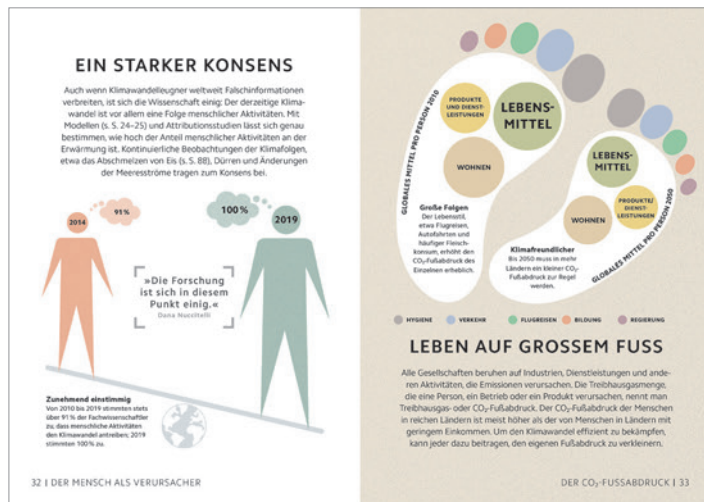
- **Visueller kann Wissen nicht sein - die neue Sachbuchreihe SIMPLY macht Themen auf originelle Art anschaulich und damit verständlich**
- Reduziert und ästhetisch: Jede Seite begeistert mit einer individuellen Text-Bild-Komposition
- Auf den Punkt: komplexe Inhalte überraschend leicht verständlich durch komprimierte Texte
- Vom Kollaps über das Paradoxon bis zum Quanten-Handshake - die Welt der Quantenphysik so zugänglich wie noch nie
- Simply für alle und überall: Hochwertiger leichter Einband, handlich in Format und Umfang - passt in jede Tasche!

Bestellen Sie gleich mit:



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4429-0





- **Visueller kann Wissen nicht sein - die neue Sachbuchreihe SIMPLY macht Themen auf originelle Art anschaulich und damit verständlich**
- Reduziert und ästhetisch: Jede Seite begeistert mit einer individuellen Text-Bild-Komposition
- Auf den Punkt: komplexe Inhalte überraschend leicht verständlich durch komprimierte Texte
- Was ist der Unterschied zwischen Wetter und Klima? Was versteht man unter einem Kipppunkt? Und was kann jede*r Einzelne im Kampf gegen die Auswirkungen der Klimakrise tun?
- Simply für alle und überall: Hochwertiger leichter Einband, handlich in Format und Umfang - passt in jede Tasche!

Simply
SIMPLY. Klimawandel
Wissen auf den Punkt gebracht

160 Seiten
216 x 155 mm
Hardcover
Mit farbigen Illustrationen
WG: 1985
Natur und Gesellschaft:
Allgemeines, Nachschlagewerke

€12,95 (D) / €13,40 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4608-9

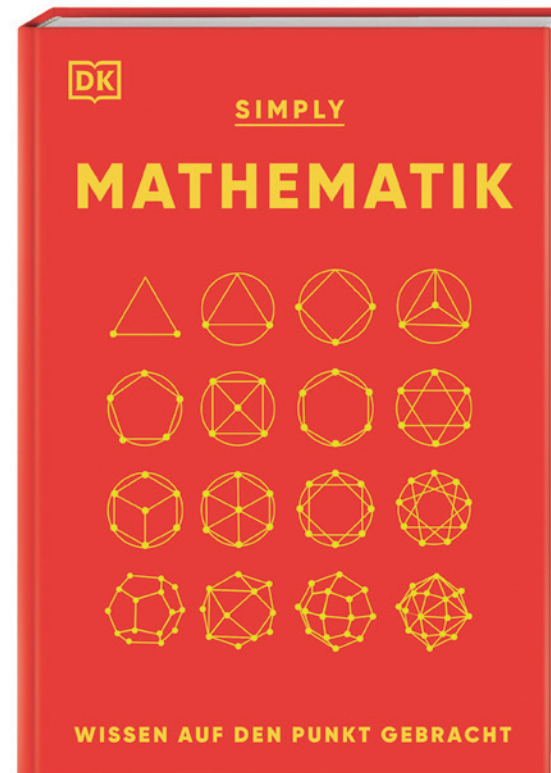
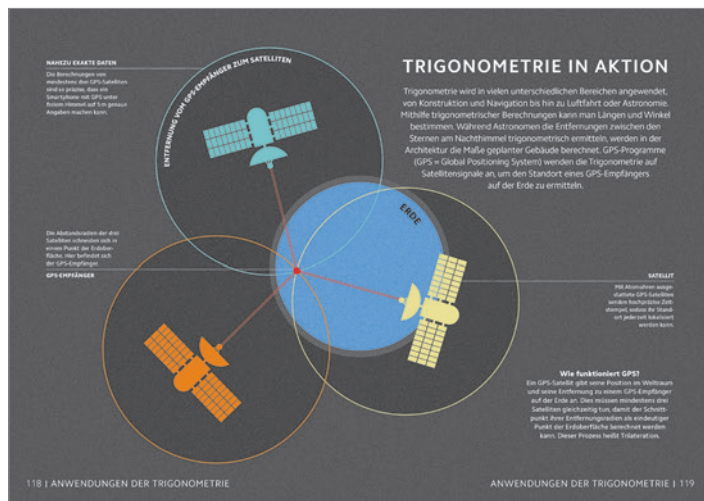


Bestellen Sie gleich mit:



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4442-9





Simply
**SIMPLY. Mathema-
 tik**
 Wissen auf den Punkt
 gebracht

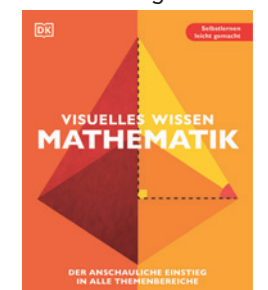
160 Seiten
 216 x 155 mm
 Hardcover
 Mit farbigen Illustratio-
 nen
 WG: 1982
 Naturwissenschaft

€12,95 (D) / €13,40 (A)
 ET: Februar 2023
 ISBN 978-3-8310-4607-2



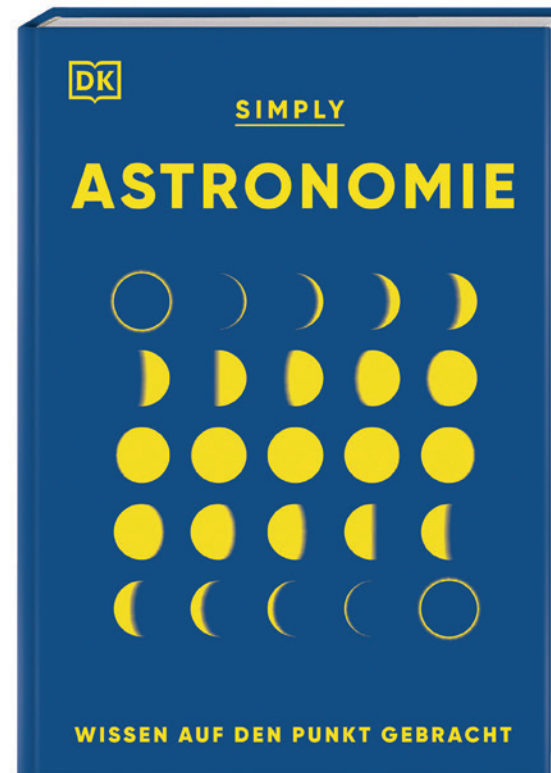
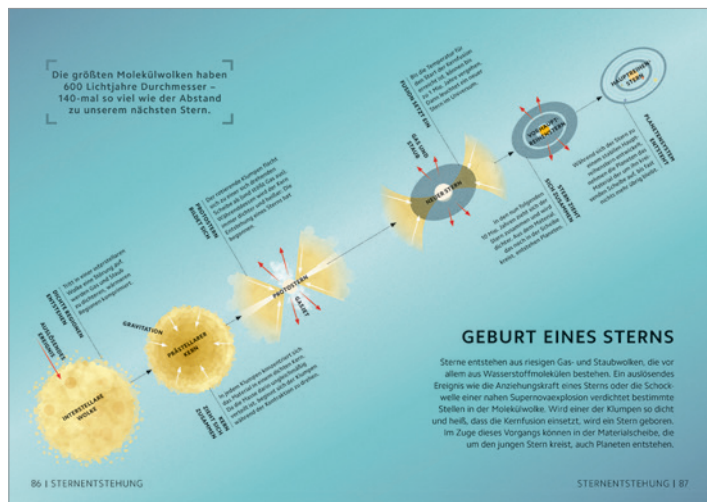
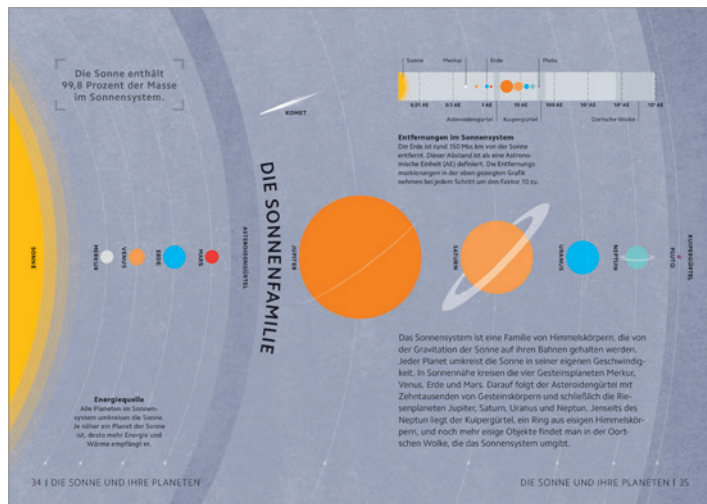
- **Visueller kann Wissen nicht sein - die neue Sachbuch-
 reihe SIMPLY macht Themen auf originelle Art anschau-
 lich und damit verständlich**
- Reduziert und ästhetisch: Jede Seite begeistert mit einer
 individuellen Text-Bild-Komposition
- Auf den Punkt: komplexe Inhalte überraschend leicht ver-
 ständlich durch komprimierte Texte
- Von Algebra über Brüche und Graphen bis zu Zahlenmus-
 tern - die Grundlagen der Mathematik anschaulich und
 zugänglich wie nie
- Simply für alle und überall: Hochwertiger leichter Einband,
 handlich in Format und Umfang - passt in jede Tasche!

Bestellen Sie gleich mit:



€16,95 (D) / €17,50 (A)
 ISBN 978-3-8310-4430-6





Simply
SIMPLY. Astronomie
Wissen auf den Punkt gebracht

160 Seiten
216 x 155 mm
Hardcover
Mit farbigen Illustrationen
WG: 1983
Astronomie: Allgemeines, Nachschlagewerke

€12,95 (D) / €13,40 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4609-6



- **Visueller kann Wissen nicht sein - die neue Sachbuchreihe SIMPLY macht Themen auf originelle Art anschaulich und damit verständlich**
- Reduziert und ästhetisch: Jede Seite begeistert mit einer individuellen Text-Bild-Komposition
- Auf den Punkt: komplexe Inhalte überraschend leicht verständlich durch komprimierte Texte
- Was ist Dunkle Energie? Wo befindet sich die Oortsche Wolke? Wie heißen die wichtigsten Sternbilder?
- Simply für alle und überall: Hochwertiger leichter Einband, handlich in Format und Umfang - passt in jede Tasche!

Bestellen Sie gleich mit:



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4344-6





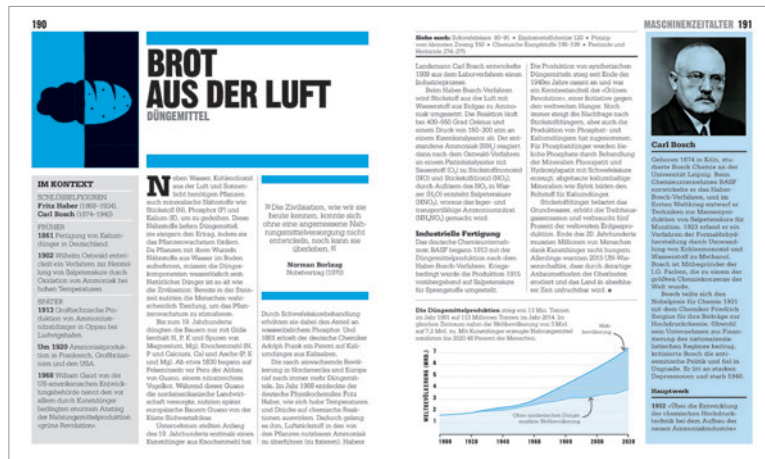
€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4518-1



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4113-8



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4016-2



- **Chemie einfach erklärt - ein weiteres wichtiges Thema in der DK Erfolgsreihe mit 650.000 verk. Ex. deutschlandweit**
- Über 95 wichtige Theorien, Verbindungen und Entdeckungen, die für die Chemie und ihre Nachbardisziplinen bedeutsam sind
- Anschauliche Infografiken entschlüsseln bahnbrechende Erkenntnisse und komplexe Zusammenhänge von der Antike bis in unsere Gegenwart
- Wissenswertes aus den Fachrichtungen physikalische Chemie, organische Chemie und anorganische Chemie
- Mit Kurzporträts von führenden Chemiker*innen wie den Nobelpreisträger*innen Marie Curie, Alexander Fleming, Linus Pauling und Osamu Shimomura

Big Ideas
Big Ideas. Das Chemie-Buch
Big Ideas – einfach erklärt

336 Seiten
240 x 203 mm
Hardcover
Über 300 farbige Fotos und Illustrationen
WG: 1982
Naturwissenschaft

€26,95 (D) / €27,80 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4633-1





- **Visuelle und kompakte Einführung in die Politik in der #dkinfo grafik-Reihe**
- Erklärt Regierungssysteme weltweit und deren unterschiedliche Organisationsformen - von der Monarchie, über die Diktatur bis hin zum Föderalismus
- Darstellung politischer Ideen und Systeme vom alten China bis hin zum modernen Skandinavien
- Viele Aspekte werden beleuchtet: von der politischen Philosophie der Antike bis hin zum politischen Aktivismus des 21. Jahrhunderts
- In der derzeitigen weltpolitischen Lage ist der Informationsbedarf sehr hoch und Politik wird für viele immer wichtiger





€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4638-6



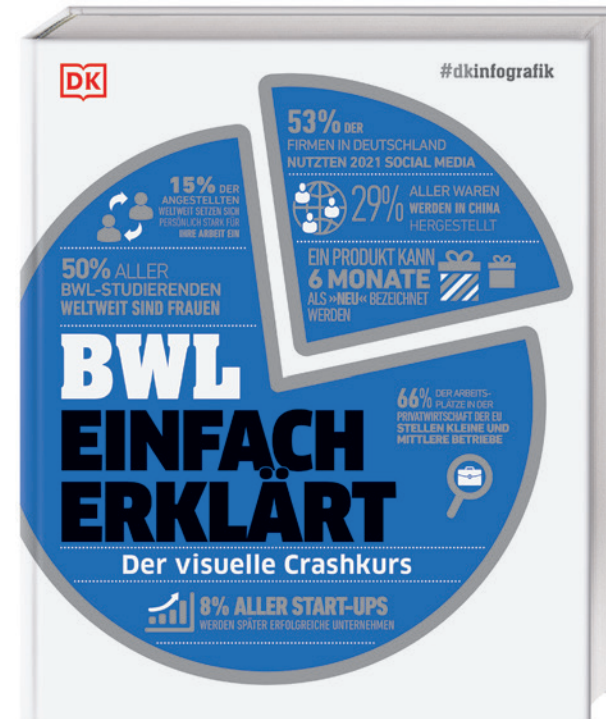
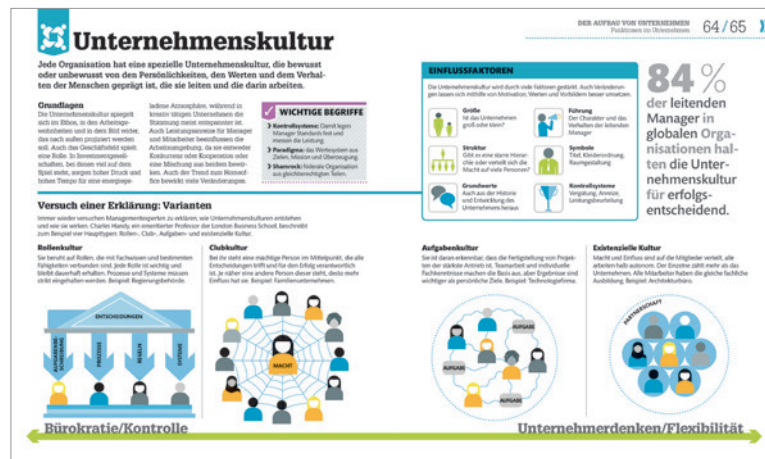
€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4408-5



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4112-1



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3990-6



#dkinfografik
#dkinfografik. BWL
einfach erklärt
Der visuelle Crashkurs

352 Seiten
242 x 203 mm
Hardcover
Mit farbigen Illustrationen
WG: 1974
Wirtschaft: Allgemeines,
Nachschlagewerke

€24,95 (D) / €25,70 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4659-1



- **Der visuelle Crashkurs zur Betriebswirtschaft jetzt in der erfolgreichen #dkinfografik-Reihe**
- Leicht zugängliche umfassende Einführung, für jeden Wissensstand geeignet
- Was versteht man unter cash flow? Wie arbeitet ein Aufsichtsrat? Welche Marketingtools gibt es? Prägnante Texte und viele Infografiken machen alle Aspekte verständlich
- Vom Unternehmensaufbau über Betriebsabläufe, Finanzen, Marketing und Produktion bis zur Kapitalbeschaffung und Unternehmensgründung - alle Bereiche der BWL werden dargestellt

FRÜHJAHR 23 BACKLIST

NACHSCHLAGEN



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-2209-0



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4243-2



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-1969-4



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3270-9



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4548-8



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4113-8



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4518-1



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4333-0



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4016-2



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3537-3



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-2386-8



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3006-4



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-2826-9



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4244-9



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-2641-8



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3288-4



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3440-6



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3665-3



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3788-9



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-3912-8



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-3913-5



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-2718-7



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4583-9



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3666-0



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4344-6



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4408-5



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3794-0



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3990-6





€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3539-7



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4112-1



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3915-9



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4429-0



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4289-0



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4430-6



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4290-6



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-2327-1



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-3918-0



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-3258-7



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3053-8



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-3804-6



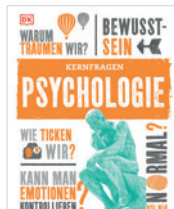
€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4319-4



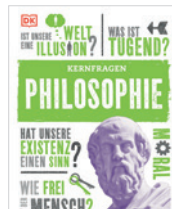
€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-3714-8



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4031-5



€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3712-4



€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3802-2



€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4116-9



€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3713-1



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4296-8



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4021-6



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4019-3



€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-4221-0



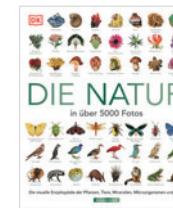
€40,00 (D) / €41,20 (A)
ISBN 978-3-8310-4107-7



€49,95 (D) / €51,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3793-3



€49,95 (D) / €51,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4030-8



€49,95 (D) / €51,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4277-7



€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-4456-6





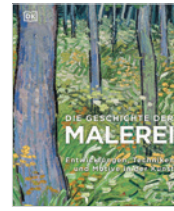
€49,95 (D) / €51,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3790-2



€59,95 (D) / €61,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4020-9



€49,95 (D) / €51,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4522-8



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4245-6



€49,95 (D) / €51,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4293-7



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4349-1



€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-4017-9



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4431-3



€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-4517-4



€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-3787-2



€34,95 (D) / €36,00 (A)
ISBN 978-3-8310-3757-5



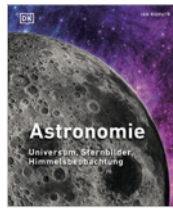
€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-4024-7



€34,95 (D) / €36,00 (A)
ISBN 978-3-8310-3792-6



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4248-7



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4111-4



€49,95 (D) / €51,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4519-8



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4442-9



€34,95 (D) / €36,00 (A)
ISBN 978-3-8310-4321-7



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4022-3



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4664-5



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-2966-2



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-2967-9



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-2968-6



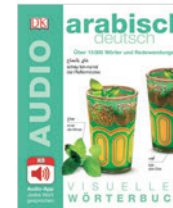
€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-2982-2



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-2971-6



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-2980-8



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-2962-4



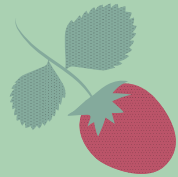
€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4115-2





GARTEN, HOBBY &
DIY

UNSER AKTIONSPAKET FÜR SIE GARTENGLÜCK PUR



22,95 € (D) / 23,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4622-5

29,95 € (D) / 30,80 € (A)
ISBN 978-3-8310-4624-9

29,95 € (D) / 30,80 € (A)
ISBN 978-3-8310-4620-1

12,95 € (D) / 13,40 € (A)
ISBN 978-3-8310-4625-6

12,95 € (D) / 13,40 € (A)
ISBN 978-3-8310-4626-3

Unsere Empfehlungen für Sie
Wählen Sie selbst!
Inkl. Dekomaterial für Ihren POS

Ausführliche Infos erhalten Sie bei Ihrem/Ihrer
DK Vertreter*in oder direkt beim Verlag



22,95 € (D) / 23,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4621-8



14,95 € (D) / 15,40 € (A)
ISBN 978-3-8310-4623-2



19,95 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4592-1

Für einen aufmerksamkeitsstarken POS:
Tischbanner Gartenglück pur
Maße 60 x 40 cm
Nr. 467/89180





© Dorling Kindersley: Jason Ingram

Huw Richards baut seit mehr als 17 Jahren organische, nachhaltige Lebensmittel im Garten an und hat kürzlich die „Abundance Academy“ ins Leben gerufen, die Online-Kurse zur Verbesserung der Gartenproduktivität anbietet. Er ist aktiv in den sozialen Medien: Der YouTube-Kanal von Huw hat über 500.000 Abonnenten – die beliebtesten Videos haben mehr als 3 Millionen Aufrufe.

Huw Richards
Mein Gemüsegarten
So gelingt Selbstversorgung

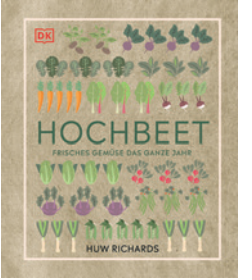
224 Seiten
238 x 201 mm
Hardcover
Mit farbigen Fotos und Illustrationen
WG: 1421
Garten

€22,95 (D) / €23,60 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4622-5



- **Das neue Buch vom Erfolgsautor und YouTube-Star Huw Richards zum Gemüseanbau**
- Praktische Tipps und effiziente Methoden für umweltfreundliches Gärtnern und eine reichhaltige Ernte
- Fundiertes Wissen zu den Trendthemen Nachhaltigkeit, Permakultur, Gärtnern ohne Umgraben und Kompost
- Für die Vielfalt im Garten: Anleitungen für den Anbau von Kräutern und Blumen
- Mit übersichtlichen Tabellen für die Planung von Saat, Pflanzung und Ernte

Bestellen Sie gleich mit:



€16,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3900-5





© Jonathan Buckley

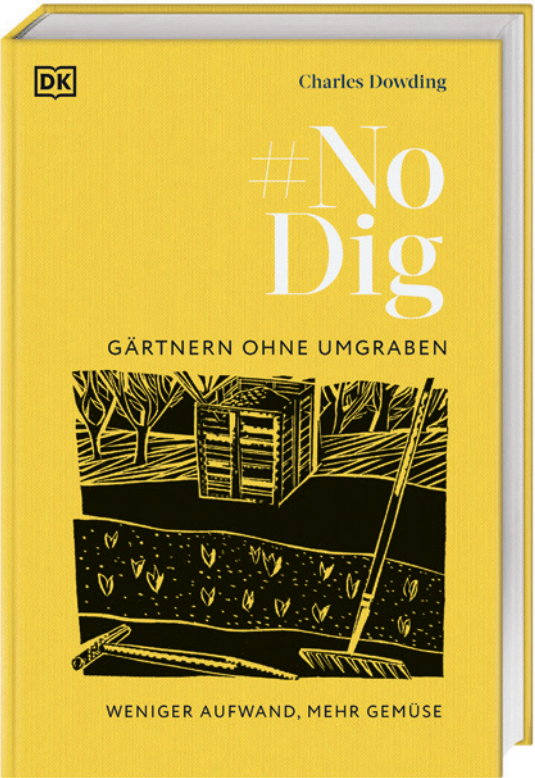
Charles Dowding ist der führende Experte beim Anbau von Gemüse und Kräutern ohne Umgraben. Sein Wissen basiert auf mehr als 40 Jahren Praxiserfahrung mit ständigem Analysieren und Vergleichen verschiedener Methoden. Monty Don (DK Autor von „Genial gärtnern“ und „Über das Gärtnern“ sowie Moderator von BBC Gardeners' World) sagt, dass „Charles zum Guru des No-Dig-Gartenbaus geworden ist.“ Charles Dowding hat eine große Fangemeinde und ist aktiv in den sozialen Medien.

Charles Dowding
No Dig - Gärtnern ohne Umgraben
Weniger Aufwand, mehr Gemüse

288 Seiten
273 x 187 mm
Hardcover
Mit farbigen Fotos und Illustrationen
WG: 1421
Garten

€29,95 (D) / €30,80 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4624-9

Strukturierter Einband
mit Holzschnitt-Illustration



- **Gärtnern ohne Umgraben - der Trend zur Schonung des Bodens von Charles Dowding, dem führenden #No-Dig-Experten**
- Das umfassende praktische Wissen über bodenschonendes Gärtnern: mit weniger Aufwand eine reiche Ernte erzielen
- Von Bohnen über Karotten bis zu Zwiebeln - praktisches Know-how für den Anbau der wichtigsten Gemüsepflanzen
- Die perfekte Planung mit übersichtlichen Grafiken zu den Aussaat- und Erntezeiten
- Kompost herstellen, Mulchen, Säen, Pflanzen, Pflegen, Ernten: umfassende Darstellung aller wichtigen Gartenarbeiten



Royal Horticultural Society
Die neue Gartenschule
 Planen, pflanzen, pflegen, ernten

448 Seiten
 240 x 210 mm
 Hardcover
 Über 2000 farbige Fotos und Illustrationen
 WG: 1421
 Garten

€29,95 (D) / €30,80 (A)
ET: Februar 2023
 ISBN 978-3-8310-4620-1



- **Das neue Standardwerk zum Nutz- und Ziergarten - umfangreich, praktisch und anschaulich**
- Sehr anschaulich durch über 2000 Fotos
- Eine moderne und aktuelle Gartenschule für die Bedürfnisse heutiger Hobbygärtner*innen
- Mit der RHS Schritt für Schritt zum grünen Paradies: Verbindung von praktischen Anleitungen mit Gestaltungsideen
- Kompetente Hilfe bei der Pflanzenauswahl: Pflanzenkatalog mit 500 Pflanzen

Bestellen Sie gleich mit:



€24,95 (D) / €25,70 (A)
 ISBN 978-3-8310-4390-3





€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4626-3



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4524-2



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4523-5



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4391-0



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4392-7



Stephanie Mahon
Grünes Gartenwissen
Grünes Gartenwissen. Zwiebel- und Knollenpflanzen

144 Seiten
227 x 184 mm
Broschur
Mit farbigen Fotos und Illustrationen
WG: 1421
Garten

€12,95 (D) / €13,40 (A)

ET: Februar 2023

ISBN 978-3-8310-4625-6



- **Die erfolgreiche Reihe „Grünes Gartenwissen“ nun zum wichtigen Thema Zwiebel- und Knollenpflanzen**
- Von Gartenhyazinthen über Schneeglöckchen bis zu Tulpen: mehr als 65 übersichtliche Pflanzenporträts
- Die wichtigsten Fakten auf einen Blick: Höhe, Auswahl, Kultur, Vermehrung
- Kompakte und fundierte Anleitungen zur optimalen Pflege
- Mit vielfältigen Inspirationen zur Gartengestaltung



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4625-6



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4524-2



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4523-5



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4391-0



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4392-7



Jo Whittingham Grünes Gartenwissen Grünes Gartenwissen. Krankheiten und Schädlinge

144 Seiten
227 x 183 mm
Broschur
Mit farbigen Fotos und
Illustrationen
WG: 1421
Garten

€12,95 (D) / €13,40 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4626-3



- **Die erfolgreiche Reihe „Grünes Gartenwissen“ nun zum wichtigen Thema Pflanzenschutz**
- Schädlings- und Krankheitsbekämpfung auf dem aktuellen Stand – mit Schwerpunkt auf natürlichen und ökologischen Methoden zur Prävention und Bekämpfung
- Besonders übersichtlich und anschaulich: schnelles Herausfinden der Ursachen und gezieltes Auswählen der wirksamsten Maßnahmen
- Zuverlässige Hilfe bei Schädlingen und Krankheiten aller Art
- Fundiertes Wissen, wie sich Krankheiten durch die richtige Pflanzenauswahl vermeiden und Nützlinge optimal einsetzen lassen

Kendra Wilson
Gärtnern für die Sinne
 Theorie und Praxis zum
 achtsamen Gärtnern

176 Seiten
 199 x 155 mm
 Hardcover
 Mit farbigen Fotos
 WG: 1421
 Garten

€14,95 (D) / €15,40 (A)
 ET: Februar 2023
 ISBN 978-3-8310-4623-2



- **Gartenarbeit mit allen fünf Sinnen: Garten-Know-how und Inspirationen**
- Fühlen, sehen, hören, riechen und schmecken - Anregung der Sinne, Entschleunigung und Genuss im Garten
- Liebevoller Gestaltung und perfekte Abrundung des Buchs mit Zitaten von Shakespeare und anderen
- Von duftenden Rosen über farbenfrohen Mohn bis zu aromatischen Kräutern - große Bandbreite der Anregungen
- Vielfältige Pflanzvorschläge, um die Sinne zu beleben





© Paul Carter

Chris Packham ist ein namhafter Naturforscher und preisgekrönter Naturschützer, Fotograf und Autor. Als junger Wissenschaftler erforschte er Turmfalken, Spitzmäuse und Dachse und studierte Zoologie an der Universität in Southampton. In Großbritannien ist er regelmäßig im Fernsehen zu sehen, seine Memoiren waren ein Bestseller der „Sunday Times“.



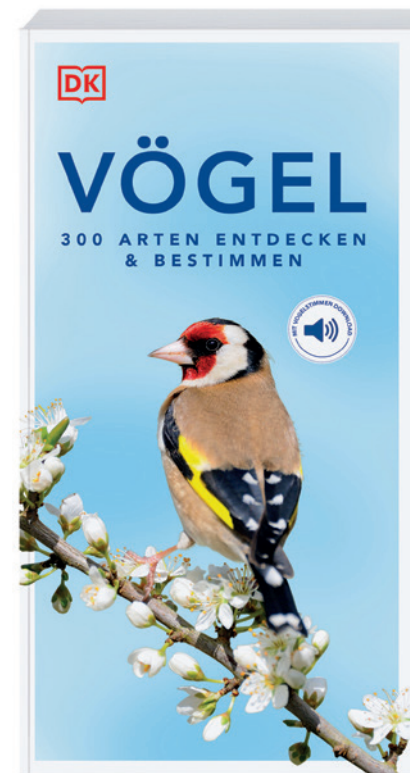
Chris Packham
Der Naturführer für die ganze Familie
Pflanzen und Tiere entdecken

224 Seiten
240 x 200 mm
Hardcover
Mit farbigen Fotos und Illustrationen
WG: 1422
Naturführer

€19,95 (D) / €20,60 (A)
ET: Februar 2023
ISBN 978-3-8310-4592-1



- **Das große Hausbuch der Natur für die Familie: die Natur erkunden und beobachten**
- Naturwissen anschaulich vermittelt: einfache und alltags-taugliche Möglichkeiten für gemeinsame Naturerlebnisse
- Viele Ideen und Anleitungen für Aktivitäten in jeder Jahreszeit
- Von der Entwicklung eines Schmetterlings aus einer Raupe bis zum Entdecken von Flora und Fauna im und am Teich – gelungene Kombination von spannendem Wissen mit praktischen Tipps und Anleitungen
- Von der regionalen Umgebung bis zu allen Lebensräumen der Welt



- **Vogelbeobachtung liegt voll im Trend - 300 Arten auf einen Blick**
- Große Artenanzahl kompakt präsentiert
- Sehr anschaulich durch über 1600 detailgetreue Farbfotos und Illustrationen
- Jetzt mit Vogelstimmen-Download für 99 Stimmen
- Hohe Qualität im handlichen Format zum Mitnehmen auch für die Vogelzählung

Jonathan Elphick, John Woodward
Vögel
 300 Arten entdecken & bestimmen. Mit Vogelstimmen-Download

224 Seiten
 194 x 100 mm
 Broschur
 Über 1600 farbige Fotos und Illustrationen
 WG: 1422
 Naturführer

€9,95 (D) / €10,30 (A)
 ET: Februar 2023
 ISBN 978-3-8310-4580-8

mit Klappen

Bestellen Sie gleich mit:



€19,95 (D) / €20,60 (A)
 ISBN 978-3-8310-3905-0



Gwen Bailey
Hundeerziehung ganz einfach
 Alles Wichtige zu Training, Spiel und Förderung

256 Seiten
 227 x 190 mm
 Broschur
 Über 800 farbige Fotos und Illustrationen
 WG: 1424
 Hobbytierhaltung

€19,95 (D) / €20,60 (A)
 ET: März 2023
 ISBN 978-3-8310-4542-6



- **Praktischer, sehr anschaulicher Ratgeber zur verhaltensbasierten Hundeerziehung**
- Durch die wachsende Anzahl der Hundebesitzer wichtiges aktuelles Thema „Erziehen durch positive Verstärkung“
- Alle Erziehungssequenzen wie „Sitz“, „Platz“ etc. und viele Aktivitäten sind mit Schritt-für-Schritt-Fotos klar visualisiert
- Autorin Gwen Bailey ist eine renommierte Verhaltenswissenschaftlerin und Hundetrainerin mit langjähriger Erfahrung.
- Mit zusätzlichen Infos über neue Rassen wie den Labradoodle und Fakten über artgerechte Haltung

Bestellen Sie gleich mit:



€19,95 (D) / €20,60 (A)
 ISBN 978-3-8310-4395-8



Was Hunden schmeckt
und ihnen gut tut. Leicht,
schnell, preiswert zu-
bereitet

€14,95 (D) / €15,40 (A)
ET: Februar 2023
 ISBN 978-3-8310-4666-9



- 53

Manga zeichnen Strich für Strich

Von den Basics bis zum
lebendigen Charakter

224 Seiten

233 x 195 mm

Broschur

Mit farbigen Illustratio-
nen

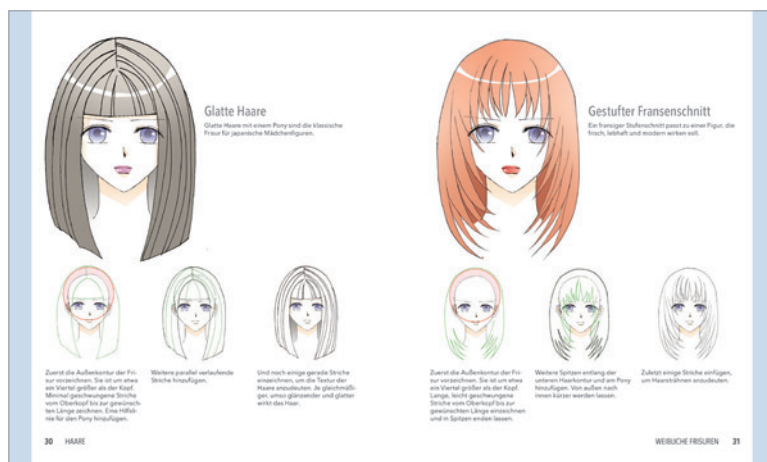
WG: 1413

Malen, Zeichnen, Farbe

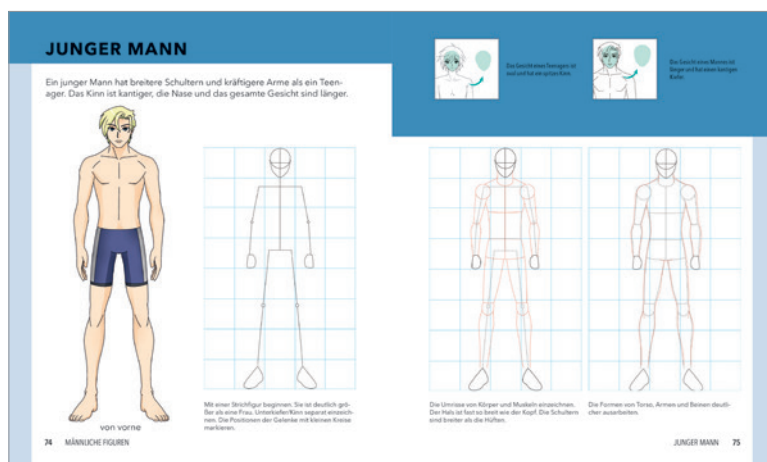
€16,95 (D) / €17,50 (A)

ET: Februar 2023

ISBN 978-3-8310-4696-6



- **Eigene Mangafiguren zum Leben erwecken!**
- Ran an den Stift und die ersten Striche gemacht: Ganz ohne Vorkenntnisse einfach los zeichnen
- Über 75 Schritt-für-Schritt-Lektionen, die zeigen, wie jedes Detail von Anfang bis Ende entsteht und die Grundlagen vermitteln
- Visuell klar, leicht verständlich und detailgenau beschrieben: so gelingt das Zeichnen von Mangafiguren garantiert!
- Perfekt für den Einstieg: einfach Zeichnungen, die Spaß machen, aber nicht zu kompliziert sind



25 Inspirationen für acht-
sames Zeichnen

€14,95 (D) / €15,40 (A)
ET: März 2023
ISBN 978-3-8310-4682-9



- **Die entspannende, achtsame Praxis des langsamen Zeichnens entdecken: Slow Drawing ist der perfekte kreative Zufluchtsort vom stressigen Alltag**
- 25 Projekte mit von der Natur inspirierten Mustern, die sich schnell umsetzen lassen
- Schritt für Schritt und Linie für Linie: Stressabbau, Kreatives Schaffen und Meditation in einem
- Überall, jederzeit und für jeden geeignet: man braucht nur einen Stift, Papier und etwas Zeit
- Schluß mit Perfektionismus: ganz ohne Vorkenntnisse kann sich jeder in der Kunst des Slow Drawings üben

€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4645-4





Angelica Torres Strich für Strich zur kreativen Entspannung mit Watercolor

25 Aquarellprojekte für meditative Auszeiten

152 Seiten
228 x 196 mm
Broschur
Mit farbigen Fotos
WG: 1413
Malen, Zeichnen, Farbe

€14,95 (D) / €15,40 (A)
ET: März 2023
ISBN 978-3-8310-4645-4



- **Entspannung, Kreativität und Achtsamkeit in einem: Meditative Aquarellmalerei**
- Strich für Strich entspannen und wunderschöne Bilder kreieren: von urbanem Sonnenuntergang über mystische Waldszene bis zu beruhigenden Blumenarrangements
- 25 Projekte werden in einfachen Schritt-für-Schritt-Anleitungen erklärt: egal ob AnfängerIn oder fortgeschritten
- Beruhigende Töne, ineinanderfließende Farben, lockere Pinselstriche und einfache Methoden ohne Perfektion – ideal für Achtsamkeit und Entschleunigung im Alltag
- Die fertigen Werke eignen sich auch perfekt als Geschenk, Grußkarte oder Wandbild

Bestellen Sie gleich mit:

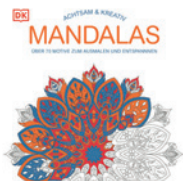


€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4682-9





€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4464-1



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4310-1



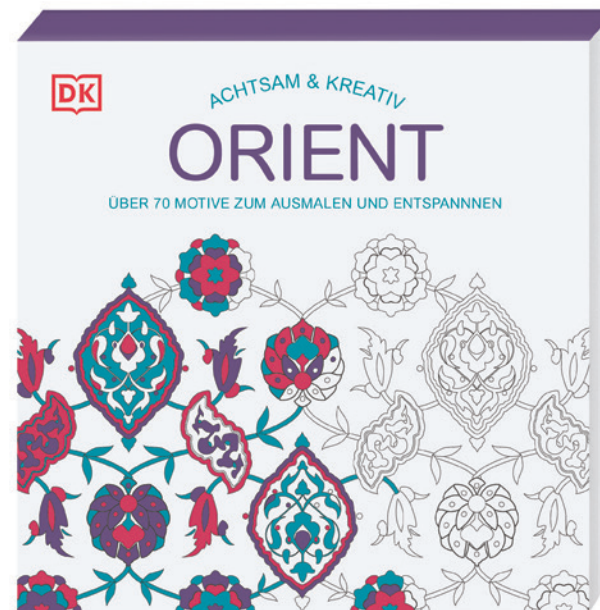
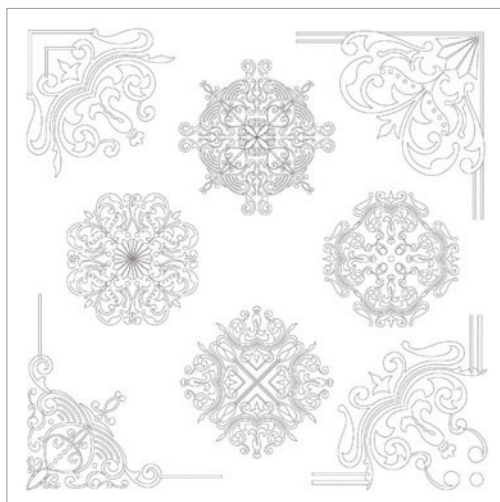
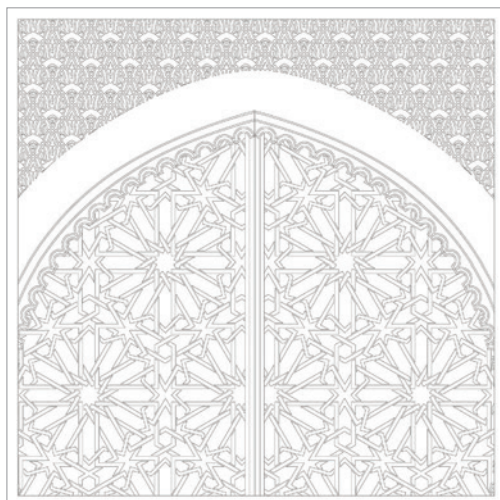
€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4570-9



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4307-1



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4686-7



Achtsam & Kreativ. Orient

Über 70 Motive zum Ausmalen und Entspannen

72 Seiten

170 x 170 mm

Broschur

Über 70 Illustrationen

WG: 1413

Malen, Zeichnen, Farbe

€9,95 (D) / €10,30 (A)

ET: Februar 2023

ISBN 978-3-8310-4687-4



Abreißblock

- **Quadratisch, praktisch, schön: hochwertiger Ausmalblock mit einzeln heraustrennbaren Seiten**
- Anhaltender Trend: Ausmalbücher für Erwachsene (Adult Coloring)
- Entspannung, Kreativität und Achtsamkeit in einem: Die fertig colorierten Werke lassen sich problemlos heraustrennen und ggf. rahmen
- 71 inspirierende und ästhetische Ausmalbilder zum beliebten Thema Orient, wie kunstvolle Muster, opulente Ornamente und der Flair von 1001 Nacht



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4463-4



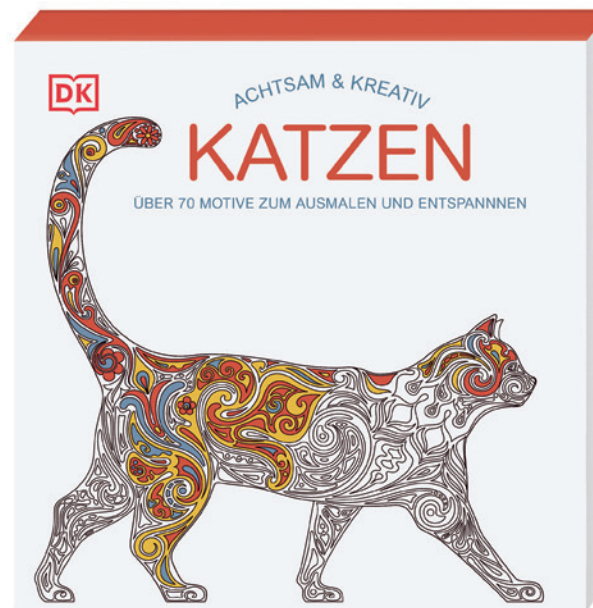
€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4309-5



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4308-8



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4687-4



Achtsam & Kreativ. Katzen

Über 70 Motive zum Ausmalen und Entspannen

72 Seiten

170 x 170 mm

Broschur

Über 70 Illustrationen

WG: 1413

Malen, Zeichnen, Farbe

€9,95 (D) / €10,30 (A)

ET: Februar 2023

ISBN 978-3-8310-4686-7



Abreißblock

- **Quadratisch, praktisch, schön: hochwertiger Ausmalblock mit einzeln heraustrennbaren Seiten**
- Anhaltender Trend: Ausmalbücher für Erwachsene (Adult Coloring)
- Entspannung, Kreativität und Achtsamkeit in einem: Die fertig colorierten Werke lassen sich problemlos heraustrennen und ggf. rahmen
- 71 inspirierende und ästhetische Ausmalbilder zum beliebten Thema Katze, wie Winkekatze, Pfotenabdrücke oder Silhouetten

Nähideen fürs Baby

Kleidung, Spielsachen
und vieles mehr

160 Seiten

235 x 195 mm

Broschur

Mit farbigen Illustratio-
nen und Fotos

WG: 1412

Handarbeit, Textiles

€14,95 (D) / €15,40 (A)

ET: Februar 2023

ISBN 978-3-8310-4510-5



- **Neuausgabe des beliebten Klassikers mit 25 Nähprojekten zum kleinen Preis**
- Liebevolle Nähprojekte für Babys und Kleinkinder – von Kleidung über Spielzeug bis zu Accessoires
- Klare Schritt-für-Schritt-Anleitungen, mit detaillierter und gleichzeitig ansprechender Fotografie, und Technikteil – auch für unerfahrene Näher*innen geeignet
- DIY liegt im Trend und ermöglicht eine individuelle und persönliche Gestaltung für (werdende) Eltern oder als Geschenkideen von Familie und Freunden
- Perfekt für alle, die Wert auf die bewusste Auswahl von Materialien und Stoffen für Babysachen legen

FRÜHJAHR 23 BACKLIST

GARTEN HOBBY



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3900-5



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4100-8



€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3896-1



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4390-3



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4441-2



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4311-8



€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4388-0



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4389-7



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4394-1



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4391-0



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4392-7



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4393-4



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4523-5



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4524-2



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3723-0



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3500-7



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3902-9



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4396-5



€22,00 (D) / €22,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4153-4



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4264-7



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4156-5



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-3901-2



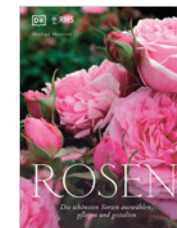
€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3722-3



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3899-2



€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-3898-5



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4525-9



€34,95 (D) / €36,00 (A)
ISBN 978-3-8310-4541-9



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3229-7





€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3905-0



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4158-9



€49,95 (D) / €51,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4535-8



€49,95 (D) / €51,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3364-5



€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-3783-4



€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-4007-0



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3995-1



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-3954-8



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-3955-5



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4527-3



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3624-0



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3860-2



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3996-8



€29,95 (D) / €30,80 (A)
ISBN 978-3-8310-4250-0



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4337-8



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4339-2



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4168-8



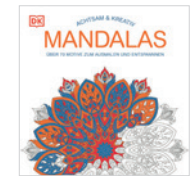
€26,95 (D) / €27,80 (A)
ISBN 978-3-8310-3622-6



€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4409-2



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4464-1



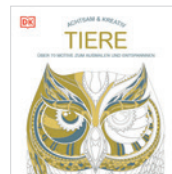
€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4310-1



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4309-5



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4307-1



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4308-8



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4463-4



€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-4570-9



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4218-0



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-4425-2





GESUNDHEIT,
ACHTSAMKEIT & FAMILIE

UNSER AKTIONSPAKET FÜR SIE ALLES IN BALANCE



24,95 € (D) / 25,70 € (A)
ISBN 978-3-8310-4593-8



22,95 € (D) / 23,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4649-2



22,95 € (D) / 23,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4501-3



19,95 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4630-0

Unsere Empfehlungen für Sie
Wählen Sie selbst!
Inkl. Dekomaterial für Ihren POS

Ausführliche Infos erhalten Sie bei Ihrem/Ihrer
DK Vertreter*in oder direkt beim Verlag



Für einen aufmerksamkeitsstarken POS:
Tischbanner Alles in Balance
Maße 60 x 40 cm
Nr. 467/89179



22,95 € (D) / 23,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4669-0



19,95 € (D) / 20,60 € (A)
ISBN 978-3-8310-4675-1



14,95 € (D) / 15,40 € (A)
ISBN 978-3-8310-4648-5



16,95 € (D) / 17,50 € (A)
ISBN 978-3-8310-4691-1

Dr. Maggie Blott
**Alles über meine
 Schwangerschaft
 Tag für Tag**
 Der Bestseller in aktuali-
 sierter Neuauflage

496 Seiten
 263 x 219 mm
 Hardcover
 Über 1000 farbige Fotos
 und Grafiken
 WG: 1467
 Schwangerschaft, Ge-
 burt, Säuglinge

€29,95 (D) / €30,80 (A)
 ET: Februar 2023
 ISBN 978-3-8310-4674-4



- **Der Weltbestseller zum Thema Schwangerschaft und Geburt (über 660.000 verkaufte Ex. weltweit) inhaltlich auf dem aktuellsten Stand und in neuem zeitgemäßem Design**
- Die Entwicklung des Kindes durch Text und Bild Tag für Tag detailliert mitverfolgen - relevante Fragen werden sofort beantwortet
- Mehr als 1.000 Fotos und Grafiken auf 500 Seiten machen das Wunder der Schwangerschaft visuell greifbar
- Themen wie Lebensstil, Ernährung, Sport oder seelische Begleiterscheinungen werden fundiert erläutert
- Hintergrundinformationen und Ratschläge von einem Expertenteam

Pichler, Sandra; Pomnitz, Patricia
Kinder spielerisch fördern

Die 100 schönsten Spiel- und Beschäftigungs-ideen für die Kindergar-
 tenzeit

240 Seiten
 198 x 151 mm
 Hardcover
 Mit farbigen Fotos und
 Illustrationen
 WG: 1484
 Familie

€16,95 (D) / €17,50 (A)
 ET: März 2023
 ISBN 978-3-8310-4643-0



- **Kreative, einfach umzusetzende Spiel- und Beschäftigungs-ideen für die Kindergartenzeit**
- Hoher Bedarf: Eltern sind häufig auf der Suche nach sinnvollen Beschäftigungs-ideen für ihr Kind.
- Große Vielfalt an Ideen für die Bereiche Motorik, Wahrnehmung & Konzentration, Sprache und emotionale Fähigkeiten
- Sehr praktisch und alltagstauglich, für zuhause und unterwegs, allein oder in der Gruppe
- Die Autorinnen sind bestens vernetzte Bloggerinnen mit hoher Reichweite und werden ihr Buch selbst aktiv promoten.

Bestellen Sie gleich mit:



€14,95 (D) / €15,40 (A)
 ISBN 978-3-8310-3909-8





€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4530-3



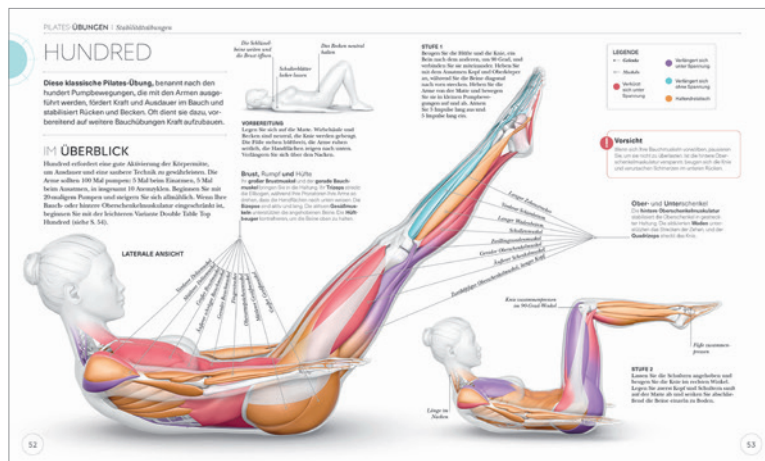
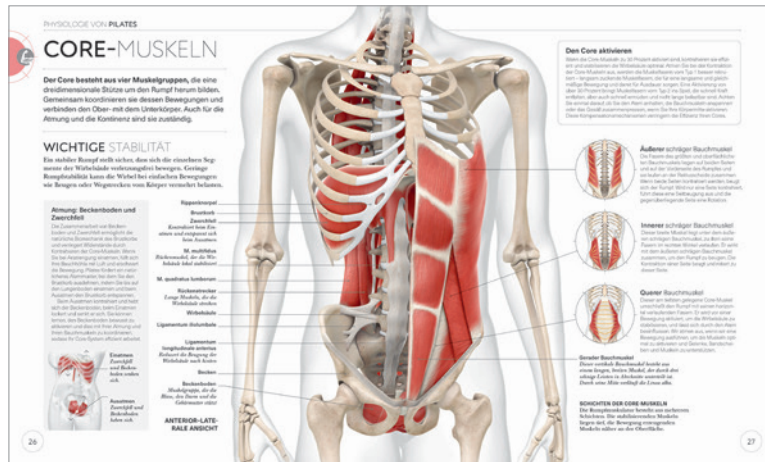
€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3798-8



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4276-0



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4015-5



Die Anatomie verstehen
Pilates - Die Anatomie verstehen
Mit Übungen für einen starken und flexiblen Körper

224 Seiten
239 x 200 mm
Integralband
Mit farbigen Illustrationen
WG: 1464
Fitness, Aerobic, Bodybuilding, Gymnastik

€19,95 (D) / €20,60 (A)
ET: Dezember 2022
ISBN 978-3-8310-4630-0

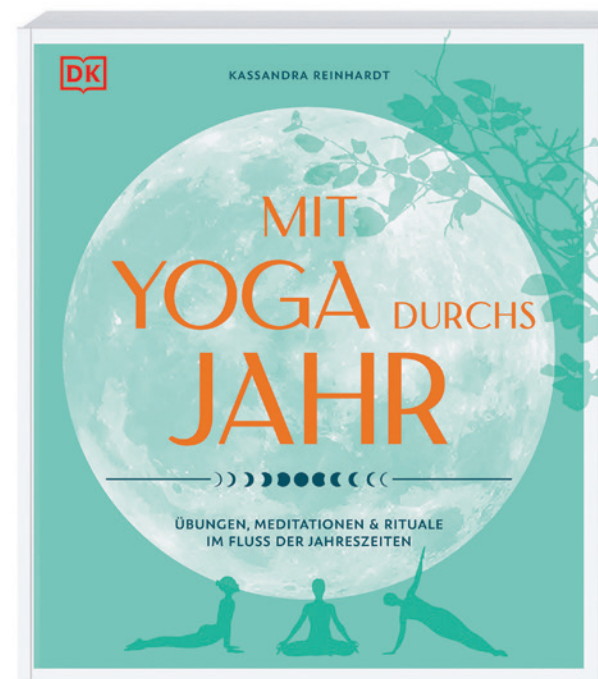


- Nach dem Konzept des Erfolgstitels „Yoga verstehen“: Pilatestraining aus dem anatomischen Blickwinkel in detailreichen Illustrationen
- Pilates trainiert gezielt die Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur und führt so zu einer besseren Körperhaltung, stärkt den Kreislauf und fördert die Körperwahrnehmung
- Grafiken zeigen detailliert alle an den Übungen beteiligten Muskeln, Knochen, Gelenke und Bänder
- Mehr als 50 Übungen und über 30 Workouts für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene
- Für jedes Niveau geeignet und auch zu Hause effizient und sicher: die Übungen können ohne Fitnessstudio und mit wenig Equipment durchgeführt werden

Kassandra Reinhardt
Mit Yoga durchs Jahr
 Übungen, Meditationen
 & Rituale im Fluss der
 Jahreszeiten

176 Seiten
 229 x 203 mm
 Broschur
 Mit farbigen Fotos
 WG: 1462
 Entspannung, Yoga,
 Meditation, Autogenes
 Training

€19,95 (D) / €20,60 (A)
ET: Dezember 2022
 ISBN 978-3-8310-4675-1



- **Yoga im Fluss der Jahreszeiten: Sich jede Saison rundum wohlfühlen - mit der passenden Yogapraxis**
- 22 detaillierte und bebilderte Schritt-für-Schritt-Yogasequenzen
- Videogeführte Übungen und Meditationen: Alle Yoga-sequenzen und Abendmeditationen sind per QR-Code abrufbar
- 20 Affirmationen und eine Atemübung pro Jahreszeit helfen, den Geist zu beruhigen und den Körper zu regenerieren
- Verbindung mit der Natur: Tägliche, sowie mond- und jahreszeitlichen Rituale runden die Yogapraxis ab

Bestellen Sie gleich mit:



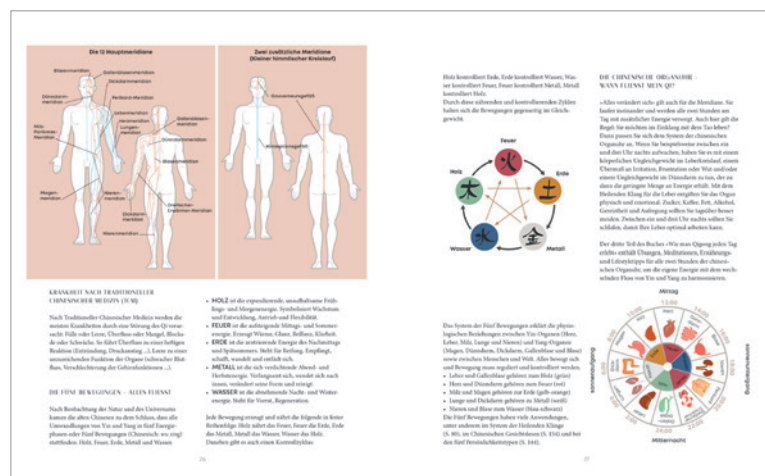
€12,95 (D) / €13,40 (A)
 ISBN 978-3-8310-4332-3



Qi Gong
Auf sanfte Art die
Lebensenergie stärken.
Bewegung, Meditation,
Atmung

192 Seiten
245 x 201 mm
Hardcover
Mit farbigen Fotos
WG: 1462
Entspannung, Yoga,
Meditation, Autogenes
Training

€22,95 (D) / €23,60 (A)
ET: Dezember 2022
ISBN 978-3-8310-4669-0



- **Ideale Selbsthilfe: Länger, gesünder und glücklicher leben im Einklang des Qi durch Bewegung, Atmung und Meditation**
- Gleichgewicht der Lebensenergie in Körper und Geist bringt auch Gleichgewicht im täglichen Leben
- Qi-Gong-Übungen steigern Vitalität und Flexibilität, verlangsamen den Alterungsprozess und erweitern das spirituelle Bewusstsein
- Perfekt fürs Üben und festigen der Qi-Gong-Praxis zu Hause: Alle Übungen werden Schritt für Schritt und anschaulich erklärt
- Qi Gong ist von der WHO anerkannt und Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin und für jedes Alter geeignet

Kévin Bordi, Sami Robin Im Schach gewinnen

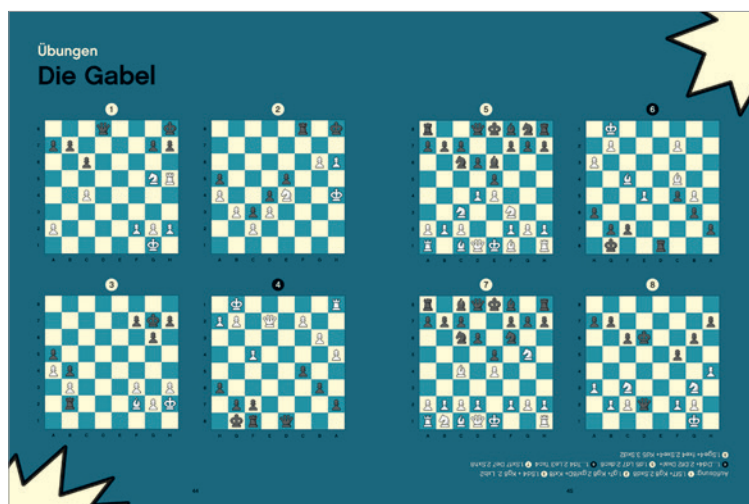
Für jedes Level. Zug
um Zug: 80 Wege zum
Erfolg

192 Seiten
240 x 181 mm
Broschur
Mit farbigen Illustratio-
nen
WG: 1449
Sonstige Sportarten

€19,95 (D) / €20,60 (A)
ET: März 2023
ISBN 978-3-8310-4699-7



Mit Klappen



- **Mit 80 anschaulichen Techniken und Zügen der Großmeister zum Schach-Profi**
- Der Schach-Boom, ausgelöst durch die Netflix-Serie „Das Damengambit“, hält weiter an
- Kapitel für Kapitel erlernt man leicht verständlich die verschiedenen Taktiken, die zehn wichtigsten Matts, Partien oder Eröffnungen und Enden des Spiels
- Für Einsteiger und Fortgeschrittene: Anschauliche Schaubilder zeigen Schritt für Schritt die einzelnen Strategien und ihre Züge
- Autor Kévin Brodi ist ehemaliger Profi-Schachspieler und seine Reichweite beläuft sich auf 170.000 Follower*innen auf Youtube



Victoria Jackson
Die Macht der positiven Gedanken
 In 9 Schritten vom Traum zur Realität

160 Seiten
 180 x 137 mm
 Hardcover
 Mit farbigen Illustrationen
 WG: 1480
 Lebenshilfe, Alltag

€14,95 (D) / €15,40 (A)
ET: Dezember 2022
 ISBN 978-3-8310-4648-5



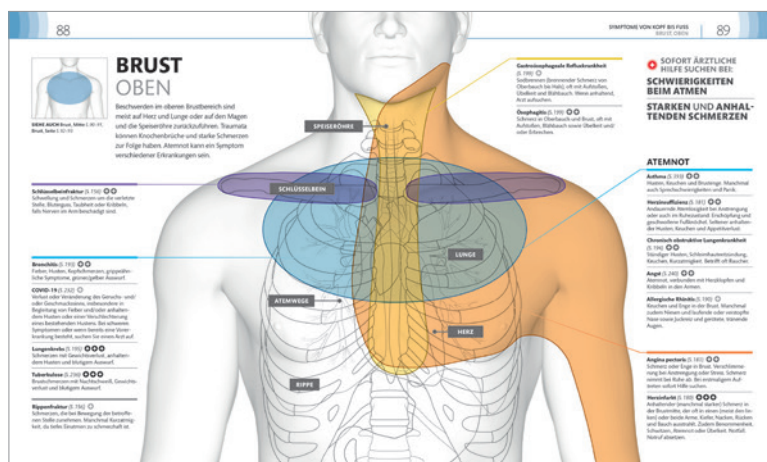
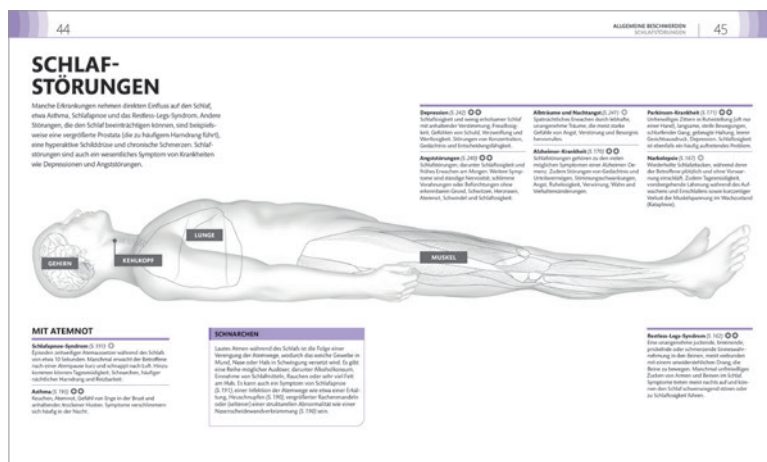
- **Manifestieren mit dem Gesetz der Anziehung: In 9 Schritten zu mehr Glück, Gesundheit, Wohlstand und vor allem einem erfüllten Leben**
- Manifestieren für Beginner: eine Schritt-für-Schritt-Anleitung, um ein Leben anzuziehen, das man sich wünscht
- Der Guide, um seine Gedanken und Wünsche zu identifizieren, um positive Auswirkungen in sein Leben zu rufen
- Jedes Kapitel enthält nützliche Tipps und einfache Übungen, von positiven Affirmationen und Aktionen bis hin zu Anregungen für ein Tagebuch
- Manifestieren ist ein globaler Trend geworden mit prominenten „Fans“ wie Oprah Winfrey

Mein Gesundheits-Check

Symptome erkennen,
Krankheitsbilder ver-
stehen und gezielt
behandeln

256 Seiten
239 x 200 mm
Integralband
Mit farbigen Fotos und
Illustrationen
WG: 1465
Erkrankungen, Heilver-
fahren

€16,95 (D) / €17,50 (A)
ET: Dezember 2022
ISBN 978-3-8310-4691-1



- **Selbstdiagnose leicht gemacht: Symptome und Krankheitsbilder mit Behandlungsansätzen**
- Fundiertes medizinisches Wissen leicht verständlich aufbereitet: auch für vor oder nach dem Arztbesuch
- Umfassendes Verzeichnis mit Krankheitsbildern und Behandlungsmöglichkeiten
- Mit mehr als 600 Illustrationen und Fotos mögliche Beschwerden bestimmen und verstehen
- Mit Symbolen, die anzeigen, wie dringend eine medizinische Behandlung ist



Richtig essen in der Lebensmitte

Mit gesunder Ernährung gut durch die Wechseljahre. Mit über 80 köstlichen Rezepten

224 Seiten
240 x 202 mm
Hardcover
Mit farbigen Fotos
WG: 1455
Themenkochbücher

€22,95 (D) / €23,60 (A)
ET: März 2023
ISBN 978-3-8310-4613-9



- **Gesund und fit durch die Wechseljahre: Ratgeber und Kochbuch in einem**
- Hormonelle Schwankungen bewältigen, Symptome minimieren und körperliche und emotionale Gesundheit verbessern – mit der richtigen Ernährung
- 80 Rezepte für den Alltag, zum allein essen oder teilen – egal ob glutenfrei, vegan oder vegetarisch
- Fachkundiger Einblick in die wichtigsten Nährstoffe, Vitamine und Mineralien, die für die hormonelle Gesundheit wichtig sind
- Führt durch die gesamte Zeit der Wechseljahre und zeigt, wie sich gute Ernährung positiv auf jede Phase auswirken kann

Bestellen Sie gleich mit:



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4255-5



FRÜHJAHR 23 BACKLIST

FAMILIE
YOGA
GESUNDHEIT
LIFESTYLE



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4276-0



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3798-8



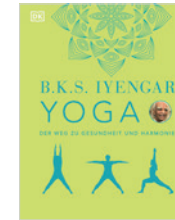
€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4530-3



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4015-5



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4332-3



€34,95 (D) / €36,00 (A)
ISBN 978-3-8310-4386-6



€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3999-9



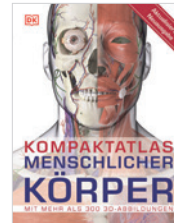
€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4529-7



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4001-8



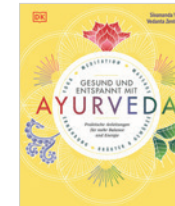
€9,95 (D) / €10,30 (A)
ISBN 978-3-8310-3131-3



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3908-1



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3269-3



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3618-9



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-3232-7



€24,95 (D) / €25,70 (A)
ISBN 978-3-8310-3839-8



€22,95 (D) / €23,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4516-7



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-3799-5



€12,95 (D) / €13,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3626-4



€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3909-8



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4550-1



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4427-6



€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-3718-6



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4543-3



€19,95 (D) / €20,60 (A)
ISBN 978-3-8310-4018-6



€39,95 (D) / €41,10 (A)
ISBN 978-3-8310-3668-4



€14,95 (D) / €15,40 (A)
ISBN 978-3-8310-4383-5



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4220-3



€16,95 (D) / €17,50 (A)
ISBN 978-3-8310-4162-6



IHRE ANSPRECHPARTNER*INNEN IM VERLAG

VERTRIEBS- UND MARKETINGLEITUNG



Barbara Thieme
+49(0)89 / 44 23 26 - 223
barbara.thieme@dk.com

VERTRIEB ONLINE



Ina Kaese
+49(0)89 / 44 23 26 -249
ina.kaese@dk.com



Sonja Sedlmeier
+49(0)89/ 44 23 26 - 222
sonja.sedlmeier@dk.com

VERKAUFSLEITUNG NORD



Elisabeth Feige
+49(0)89 / 44 23 26 -218
+49 (0)173 380 4197
elisabeth.feige@dk.com

VERKAUFSLEITUNG SÜD



Renate Menchini
+49(0)89 / 44 23 26 -216
renate.menchini@dk.com

VERTRIEB ÖSTERREICH/SCHWEIZ



Kerstin Patz-Alberti
+49(0)89 / 44 23 26 -215
kerstin.patz@dk.com

LEITUNG VERTRIEB INNENDIENST / LOGISTIK / MESSEN



Kathrin Dettmann
+49(0)89 / 44 23 26 -213
kathrin.dettmann@dk.com

KUNDENSERVICE / HÄNDLERPORTAL



Vanessa Bessel
+49 (0)89 / 442326 227
vanessa.bessel@dk.com

KUNDENSERVICE



Melanie Ilgmann
+49(0)89/ 44 23 26 - 224
melanie.ilgmann@dk.com



Kathrin Janke
+49(0)89 / 44 23 26 -219
kathrin.janke@dk.com



Katharina Köppen
+49(0)89 / 442326-212
katharina.koeppen@dk.com



Martin Schrankenmüller
+49(0)89 / 44 23 26 -225
martin.schrankenmueller@dk.com

VERKAUFSLEITUNG FACHHANDEL / VERTRIEB SPIELWARENHANDEL



Monika Kroiß
+49(0)89 / 44 23 26 -217
monika.kroiss@dk.com

FACHHANDEL / VERSANDHANDEL



Petra Frohnauer
+49(0)89 / 44 23 26 -226
petra.frohnauer@dk.com

LEITUNG PRESSE UND VERANSTALTUNGEN



Ira Zeitzen
+49(0)89 / 44 23 26 -241
ira.zeitzen@dk.com

LEITUNG WERBUNG



Anne Nitzer
+49(0)89 / 44 23 26 -231
anne.nitzer@dk.com

B2B & KOOPERATIONEN



Melanie Mach
Telefon: +49 (0)89 442326 228
melanie.mach@dk.com



Dorling Kindersley Verlag GmbH | Arnulfstraße 124 | D-80636 München |
Verkehrs Nr. 15897

Telefon: +49(0)89 / 44 23 26-0 Fax: +49(0)89 / 44 23 26-410

E-Mail: kundenservice@dk.com

www.dk-verlag.de | #dkverlag

HOTLINE FÜR IHRE BESTELLUNGEN

AUSLIEFERUNG DEUTSCHLAND

Verlegerdienst München GmbH
Gutenbergstr. 1 | D-82205 Gilching
dorlingkindersley@verlegerdienst.de

KUNDENBETREUUNG VERLEGERDIENST

**Marion Keidel,
Marina Mauerer**
Telefon: +49(0)8105 / 388-317
Fax: +49(0)8105 / 388-259
dorlingkindersley@verlegerdienst.de

AUSLIEFERUNG ÖSTERREICH

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2 | A-1230 Wien
Telefon: +43(0)1 / 680 14-0
bestellung@mohrmorawa.at

AUSLIEFERUNG SCHWEIZ

Buchzentrum AG
Industriestr. Ost 10 | CH-4614 Hägendorf
Telefon: +41(0)62 / 209 26 26
Fax: +41(0)62 / 209 26 27
kundendienst@buchzentrum.ch

AUSSENDIENST DEUTSCHLAND



PLZ-Gebiete
317, 32, 33-37, 40-42,
44-48, 50-54, 56-59,
66, 99974/99817
und Luxemburg

Annette Jung
Pestalozziweg 9 | D-53797 Lohmar
Telefon: +49(0)2206/910971
Mobil: +49(0)173 / 394 34 49
Fax: +49(0)2206 / 910 972
annette.jung@dk.com



PLZ-Gebiete
17-19, 20-29, 30-31,
381-386, 49

Bernhard Schulz
Schusterkamp 22 | D-24640 Schmalfeld
Mobil: +49(0)173 / 380 44 39
Fax: +49(0)4191 / 95 27 78
bernhard.schulz@dk.com



PLZ-Gebiete
01-09, 10, 12-16,
172-174, 388, 391-396

Karin Schott
Stubenrauchstraße 35 | D-15732 Eichwalde
Telefon: +49(0)30 / 936 616 26
Mobil: +49(0)1520 / 880 63 65
Fax: +49(0)30 / 930 211 94
karin.schott@dk.com



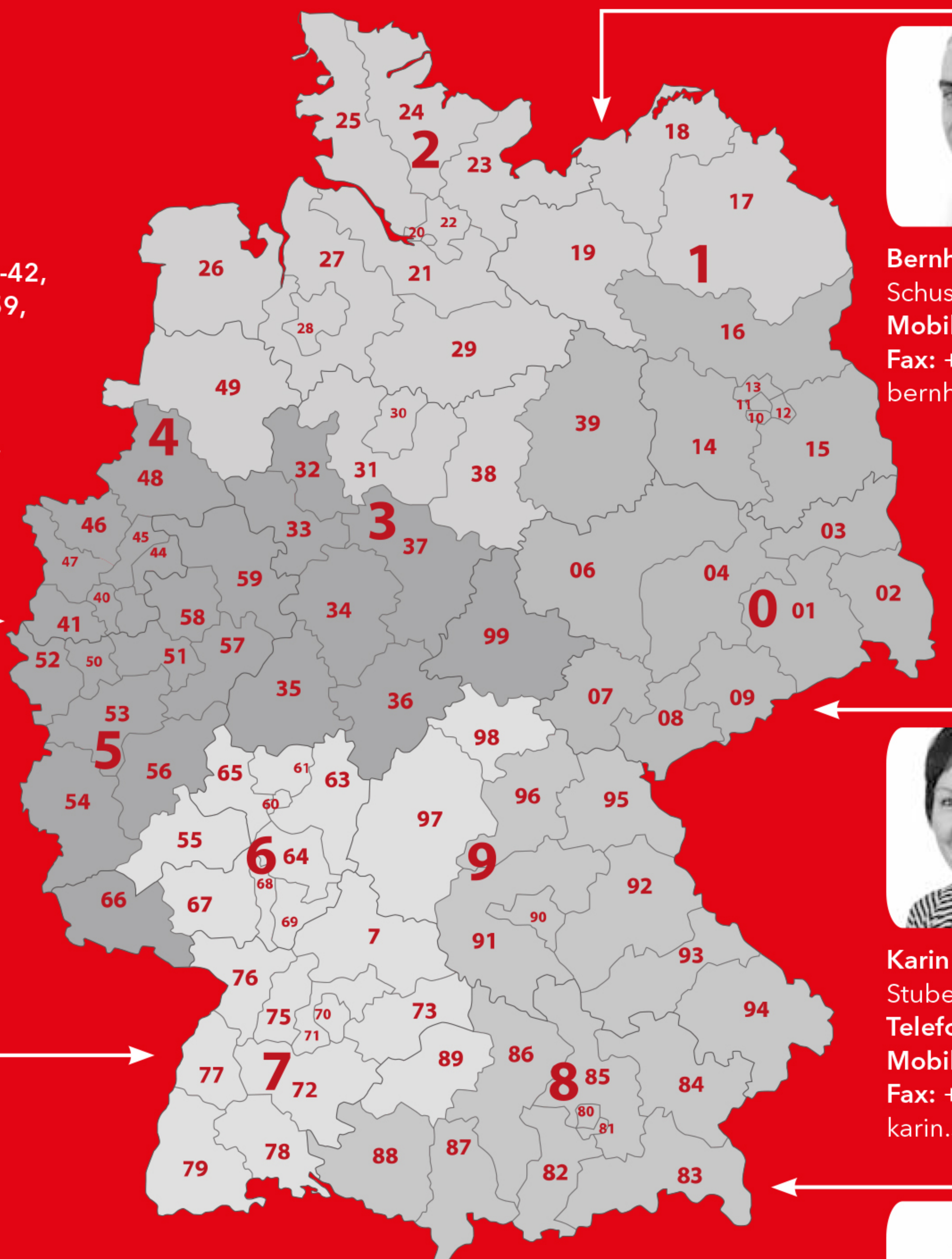
PLZ-Gebiete
80-88, 90-96

Barbara Swoboda
Reutterstr. 66a | D-80689 München
Telefon: +49(0)89 / 589 87 670
Mobil: +49(0)173 / 376 93 90
Fax: +49(0)89 / 589 87 671
barbara.swoboda@dk.com



PLZ-Gebiete
55, 60-65, 67-69,
70-79, 89, 97-99

Christopher Hufschmidt
Jakobstr. 15 | D-89520 Heidenheim
Telefon: +49(0)7321 / 96 03 13
Mobil: +49(0)173 / 380 44 37
Fax: +49(0)7321 / 96 03 12
christopher.hufschmidt@dk.com



VERTRIEB ÖSTERREICH



**Fachhandel
Österreich**

Team - Fachmarkt Mohr Morawa
fachmarkt@mohrmorawa.at



**Buchhandel
Gebiete OÖ, K, St.,
T, V, Sbg.**

Manfred Fischer-Reingruber
Am Pesenbach 18 | A-4101 Feldkirchen
Telefon, Fax: +43(0)7233 / 200 50
Mobil: +43(0)664 / 811 97 94
manfred.fischer@mohrmorawa.at



**Buchhandel
Gebiete Wien,
NÖ, Bgld.**

Jürgen Sieberer
Arnikaweg 79/4 | A-1220 Wien
Telefon, Fax: +43(0)1 / 285 45 22
Mobil: +43(0)664 / 391 28 34
juergen.sieberer@mohrmorawa.at

VERTRIEB SCHWEIZ



Katrin Poldervaart
Oberer Moosweg 27 | CH-44203 Grellingen
Telefon: +41(0)61 / 851 35 26
Mobil: +41(0)79 / 916 71 23
katrin.poldervaart@buchzentrum.ch

