



Georgina Hayden

Feel Good Kitchen

Ein Kochbuch für alle, die das Kochen lieben

Kochen war schon von frühester Kindheit an Georgina Haydens Leidenschaft, die sie später zu ihrem Beruf machte. Doch erst nach einem traumatischen Erlebnis als Erwachsene entdeckte sie dazu noch den Trost spendenden Aspekt des Kochens, denn einmal braucht jeder von uns ein Essen, das tröstet. Diese Erkenntnis gemeinsam mit ihrer Leidenschaft und ihrem kulinarischen Können hat Georgina in dieses sehr persönliche Buch gepackt, in dem es um weit mehr als nur um köstliche, wohltuende Rezepte geht. Es geht darum, wie befriedigend allein der Prozess des Kochens sein kann, wie gut es tut, an einem schlechten Tag, die Nase über einen duftenden Topf mit Essen zu halten oder wie sehr Essen zur seelischen Genesung und Ausgeglichenheit beitragen kann.

Feel Good Kitchen liefert demnach Rezepte für alle Lebens- und Liebeslagen – beginnend mit einem guten Start in den Tag (z.B. Porridge mit Banane, Zimt und Mohn) oder eine Schale Suppe (wunderbar wärmende Geschichtete Brotsuppe mit Lauch und Wirsing). Georgina präsentiert uns schnelle, leichte Gerichte (z.B. eine Brokkolitarnte mit Grünkohlpesto, Gorgonzola und gegrillten Birnen) und langsamen Wohlfühlgerichte (z.B. Lammhachsen mit Zimt), erfrischendes Grünzeug (z.B. Gegrillte Salatherzen mit Aprikosen und Feta) und auch sie beweist uns, dass Backen glücklich macht (ganz besonders z.B. ein Bananenkuchen mit Erdnussbutterfrosting).

Die Autorin: Seit über zehn Jahren arbeitet Georgina Hayden als Rezeptentwicklerin und Foodstylistin im Team von Jamie Oliver. Sie lebt in London und wuchs in Tufnell Park über der Taverne ihrer Großeltern auf, deren Rezepte sie schon als Kind aufsaugte. Nach einem Kunststudium entschied sie sich für ihr Herz und dafür, ihrer Leidenschaft, dem Kochen, nachzugeben. Sie entwickelt, schreibt und gestaltet Rezepte für Zeitschriften, Bücher, Fernsehsendungen und Werbekampagnen. Inspiration holt sie sich dabei auf Reisen oder bei Touren über die Londoner Märkte.



Georgina Hayden

Feel Good Kitchen

Ein Kochbuch für alle, die das Kochen lieben

ISBN 978-3-8310-3261-7
280 Seiten, 198 x 255 mm
Über 140 Farbfotografien
€ 24,95 (D) / € 25,70 (A)

DK Verlag Dorling Kindersley Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Ira Zeitzen • Arnulfstraße 124 • 80636 München

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

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