



### **Köstliche Lebensmittel selber machen**

Selbst ist der Mann – oder die Frau! Mit diesem kreativen Kochbuch teilt der britische Selbstversorger-Pionier James Strawbridge sein Expertenwissen rund um die Kunst der Nahrungsmittelherstellung – vom Fermentieren über Käse machen bis zum Brot backen.

Milch in aromatischen Käse, Weizen in duftendes Brot, Trauben in fruchtigen Landwein und Kohl in köstliches Sauerkraut verwandeln – Nahrungsmittel selber zu machen verbindet uns wieder mit dem Ursprünglichen. Dieses einzigartige Selbstversorger-Kochbuch eröffnet eine achtsame Form des Kochens, die die Leidenschaft zu Essen nachhaltig vertiefen wird. Mit reichlich kulinarischer Kreativität und einem facettenreichen Schatz an Erfahrung und Know-How zaubert der Nachhaltigkeits-Experte James Strawbridge fruchtig-pikante Chutneys, leckere Sauerteig-Brote und herrlich rauchigen Schinken. Die Anleitungen mit stimmungsvollen Fotografien und Illustrationen präsentieren abwechslungsreiche Rezepte und Kochtechniken für ein nachhaltigeres Leben mit selbstgemachten Produkten – ganz ohne Zusatzstoffe.

Die Revolution der Selbstversorger-Küche! Dieses besondere Kochbuch vereint jahrhundertealte Techniken der Lebensmittelherstellung mit moderner Kulinarik und achtsamen Genuss.

Zum Autor:

James Strawbridge ist Koch, Food-Unternehmer und Nachhaltigkeits-Experte. In Großbritannien sind er und seine Familie bekannt durch zahlreiche Fernsehshows, die das ursprüngliche und naturverbundene Leben der Familie zeigen. Er ist Foodie durch und durch und vor allem für seine BBQs, DIY-Smokers und Outdoor-Küche bekannt. Zudem ist er Chef des Unternehmens Cornish Sea Salt. Sein Vater ist der Autor des Longsellers Das große Buch der Selbstversorgung. Die Familie Strawbridge gilt seit Jahrzehnten als Pionier bei den Themen Nachhaltigkeit und Selbstversorgung.

ISBN

256 Seiten, 220 x 262 mm

Über 350 farbige Fotos

€ 0,00 (D) / € 25,70 (A)

**DK Verlag Dorling Kindersley Presse- und Öffentlichkeitsarbeit**

Jenifer Witte • Arnulfstraße 124 • 80636 München

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

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