



[Jamie Oliver](#)

5 Zutaten mediterran

Einfach genial kochen

Jamie Olivers brandneues 5-Zutaten-Kochbuch

5 Zutaten mediterran bringt alles mit, was Fans an seinem Kochbuch-Bestseller *Jamies 5-Zutaten-Küche* am meisten lieben – aber mit dem einzigartigen “Va-va-voom” mediterraner Aromen, die Jamie auf seinen lebenslangen Reisen rund um das Mittelmeer entdeckt hat. Über 125 leckere, leicht nachkochbare und stressfreie Rezepte machen das tägliche Kochen zum Erlebnis – und bringen ganz nebenbei sonniges Mittelmeerflair in die Küche. Auf diese Weise entstehen fantastische Gerichte, ganz ohne lange Zutatenlisten, chaotische Einkaufszettel oder riesige Abwaschberge. Das Beste: 65 % aller Rezepte sind fleischfrei oder fleischreduziert und dabei voll im Geschmack.

In Kapiteln wie Salate, Suppen und Eintöpfe, Pasta, Gemüse, Kuchen und Gebäck, Meeresfrüchte, Fisch, Hähnchen und Ente, Fleisch und Süßes ist garantiert für jeden Tag der Woche und für jede Gelegenheit etwas dabei: Zart-rauchige Aubergine, Großartige Garnelen & Bohnen, Pikantes Ratatouille-Risotto, Gebrutzelter Tintenfisch, würziges Steak und knusprige Kartoffeln, Einfacher Feigenkuchen und Jools' Schokoladenträume



"Es war nie geplant, ein weiteres 5-Zutaten-Kochbuch zu schreiben, aber ich habe aufgehört zu zählen wie oft ich gefragt wurde! Dieses Buch ein wahres Fest für die beliebtesten und am meisten respektierten Länderküchen der Welt - man denke nur an die großen Geschmackshelden, die ausgefeilten Methoden und die cleveren Hacks durch die 5-Zutaten-Linse für die einfache Alltagsküche." *Jamie Oliver*

Jamie Oliver ist ein weltweit einzigartiges Food-Phänomen. Während seiner 20-jährigen TV- und Autorenkarriere 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. Inzwischen hat er 26 Bestseller-Kochbücher veröffentlicht, jedes davon mit einer begleitenden TV-Show. Jamie lebt mit seiner Frau Jools und den gemeinsamen Kindern in Essex.

[Jamie Oliver](#)

5 Zutaten mediterran

Einfach genial kochen

ISBN 978-3-8310-4795-6
320 Seiten, 198 x 254 mm
Über 300 farbige Fotos
€ 29,95 (D) / € 30,80 (A)

DK Verlag Dorling Kindersley Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Ira Zeiten • 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.