

Kochbuch-Bestellung

Mein kulinarisches Erbe

Traditionelle Rezepte – Schritt für Schritt fotografiert

100 Rezepte

800 Fotos

Wer nach bewährten Rezepturen kocht und hochwertige Zutaten verwendet, kann unbeschwert genießen. Der gesundheitliche Wert von traditionellen Rezepten wird auch von der Wissenschaft bestätigt. Schritt für Schritt beschreibt und fotografiert die Quell-Fotografin erprobte, überlieferte aber auch raffiniert selbst erfundene Rezepte: Von Alltagsgerichten, Suppen, Salaten, Gemüse, Eier- und Mehlspeisen, Geflügel, Fleisch oder Fisch bis zu Süßem und Kuchen ist alles dabei. Staunen Sie selbst und lassen Sie sich zum Nachkochen inspirieren. Es lohnt sich!

Warum dieses Kochbuch

Aus den Befragungen der Leserinnen und Leser von Quell wissen wir, dass das Thema „gesunde Ernährung“ auf größtes Interesse stößt. Wir möchten durch dieses Buch Lust aufs Selber-Kochen mit saisonalen Zutaten der Region machen. Darüber hinaus birgt das Buch eine Reihe wenig bekannter Tipps, die das Kochen schneller, einfacher und zugleich raffinierter machen.

Bestellen Sie versandkostenfrei

Ja, ich bestelleExemplare **Mein kulinarisches Erbe**

Bitte senden Sie Ihre Bestellung an:

Quell Shop
Auf der Ruhr 82
50999 Köln
T 02236 - 949 11 30
Mo - Fr 8 - 12 Uhr
info@quell-shop.de

www.quell-online.de
www.quell-shop.de

Lieferadresse _____
Name _____
Vorname _____
Straße _____
PLZ/Ort _____
Tel _____
Mobil _____
e-Mail _____
Datum _____
Unterschrift _____



Monika Frei-Herrmann Mein kulinarisches Erbe

Traditionelle Rezepte
Schritt für Schritt fotografiert
ISBN 978-3-9819936-0-8
176 Seiten | Quell Edition
19,90 Euro



Die Autorin Monika Frei-Herrmann

Kochen und Genießen gehört zu den großen Leidenschaften der Quell-Gestalterin und Fotografin. In einem handgeschriebenen Kochbuch sammelte sie seit Jahrzehnten Rezepte: von der badischen Großmutter Pauline, der Mutter, der Schwiegermutter, den Tanten aus Hessen, von Freundinnen, aus Kochkursen, von ihren Jahren in der Schweiz. Hauptsache unkompliziert, wenig Zutaten, schnell zubereitet und sehr, sehr lecker.