

Zeina Mourtada & Paul Svensson

NACHHALTIG MIT GENUSS

Umweltbewusst kochen mit Gemüse, Fleisch und Fisch



Es ist eine drängende Frage, die sich immer mehr Menschen stellen: Wie ernähren wir uns so, dass es sowohl dem Planeten als auch uns selbst gut damit geht? Denn die Lebensmittel, die wir essen, haben einen großen Einfluss auf die Umwelt und das Klima. Es ist bekannt, dass eine vegane Ernährung Umwelt und Klima am besten schont, doch nicht alle wollen oder können auf tierische Produkte und auf Fleisch verzichten. Dieses Buch zeigt mit vielen leckeren Rezepten, dass man nachhaltig kochen kann, ohne seine komplette Ernährung umzustellen.

Über die Autoren: Zeina Mourtada, Schwedin mit libanesischen Wurzeln, betreibt den beliebten Blog zeinaskitchen.se, den Instagram-Account Zeinaskitchen mit fast 300.000 Followern und ist häufig im schwedischen Fernsehen zu sehen.

Paul Svensson, schwedischer Gourmet-Chef, Fernsehkoch und Dozent, hat sich schon lange der nachhaltigen Küche verpflichtet. Seit 2014 betreibt er mit Christofer Ekman das Restaurant im Fotografiska in Stockholm.

Bibliografische Daten

ISBN 978-3-8307-1064-6

28,00€ [D] | 28,80 € [A]

232 Seiten, 19,0 x 25,0 cm

Mai 2023



Text zur Veröffentlichung freigegeben.

Presse: Sarah Geiberger | Stiebner Verlag GmbH

Email: presse@stiebner.com | Telefon: +49 (0)89 4522 199 13