

Presstext

Eine schnelle Mahlzeit die nicht viel Zeit kostet, oder üppig zelebriertes Kochvergnügen, bei dem das Zubereiten des Essens zum besten Teil des Tages wird: Luise Vindahl und David Frenkiel liefern in ihrem neuen Kochbuch über 100 vegetarische Gerichte für jede Gelegenheit. Egal ob schnelle, luftige Kokos-Pfannkuchen an einem geschäftigen Morgen oder ein aufwendiges Faltenbrot mit Safran und Orange am Wochenende, mit den passenden Zeitangaben finden sich je nach verfügbarer Zeit schnelle oder langsame Rezepte, die gewohnt unkompliziert und mühelos nachkochbar sind. Gute Vorbereitung, Grundzutaten und Meal Prep erleichtern das Kochen unter der Woche, verschiedene Upgrades oder Toppings bringen geschmackliche Variation für das gesellige Zusammensein mit Freunden oder Familie. Von Frühstücksideen über herzhaft Hauptmahlzeiten bis hin zu süßen Desserts und Gebäck wird hier jeder fündig.



David Frenkiel und Luise Vindahl sind die Initiatoren des preisgekrönten vegetarischen Food-Blogs *Green Kitchen Stories* und beliebter Instagram-Accounts.

Sie haben Follower in allen Teilen der Welt und engagieren sich seit zehn Jahren für eine „grünere“ Esskultur. Gesunde, saisonale und schmackhafte

vegetarische Rezepte für die Familie, farbenfroh und fotografisch exzellent in Szene gesetzt, sind zu ihrem Markenzeichen geworden. Bei Knesebeck erschienen bereits „Die grüne Küche“ (2014), „Die grüne Küche auf Reisen“ (2015), „Grüne Küche Smoothies & Co“ (2016), „Die grüne Küche für jeden Tag“ (2017), „Die grüne Familienküche“ (2019). Dies ist ihr sechstes Buch. Die Arbeiten von David und Luise sind in zahlreichen Zeitschriften und Magazinen erschienen, darunter *Food & Wine Magazine*, *Bon Appetit*, *ELLE*, *Vogue*, *The Guardian* und *National Geographic*. Ihr Blog erhielt 2013 und 2015 im Magazin *Saveur* die Auszeichnung als bester Food-Blog. Darüber hinaus haben sie zwei sehr erfolgreiche Apps für iPhone und iPad veröffentlicht. Luise und David, sie ist Dänin, er Schwede, leben mit ihrer Tochter Elsa und den Söhnen Isac und Noah in Stockholm. Neben ihrer freiberuflichen Tätigkeit als Rezeptentwickler und Food-Fotografen arbeitet David als freiberuflicher Grafikdesigner und Luise als ausgebildete Ernährungstherapeutin.

KNESEBECK
Das besondere Buch



David Frenkiel und Luise Vindahl

Die grüne Küche – Quick + Slow

Einfache vegetarische Rezepte für jeden Tag

**Gebunden, 256 Seiten,
mit zahlreichen farbigen Abbildungen
aus dem Englischen von Brigitte Rießmann
und Wolfgang Beuchelt
Preis € 35,- [D] 36,- [A]
ISBN 978-3-95728-660-4
Erscheinungstermin 22. September 2022**

www.greenkitchenstories.com

Facebook: /greenkitchenstories

Instagram: @gkstories und

@luisegreenkitchenstories

YouTube: Green Kitchen Stories

Gerne senden wir Ihnen die Übersicht aller freigegebenen Pressebilder. Im Rahmen einer Rezension sind das Cover, ein Autor:innenfoto sowie bis zu drei der folgenden Fotografien (sowie die dazugehörigen Rezepte) zum Abdruck freigegeben: S. 31, S. 73, S. 88, S. 91, S. 125, S. 132, S. 146, S. 150, S. 178, S. 204, S. 207, S. 216, S. 225, S. 229, S. 233.

Pressebilder

David Frenkiel, Luise Vindahl: Die grüne Küche - Quick + Slow

KNESEBECK

Das besondere Buch



Bild 1
Seite 31



Bild 2
Seite 73
Quick: Sonnenscheinsalat mit Kokosmus +
Kokos-Dukkah



Bild 3
Seite 88
Quick: Rührei-Croissant mit Labneh + Salat



Bild 4
Seite 91
Quick: Luftige Kokos-Pfannkuchen



Bild 5
Seite 125
Quick: Ingwer-Soba-Salat mit Kurkuma-Tofu
+ eingelegte Radieschen



Bild 6
Seite 132
Quick: Cremige Grünkohl-Erbsen-Pasta +
Brokkoli



Bild 7
Seite 146
Slow: Kürbis-Quiche mit Zwiebeln + Grün-
kohl



Bild 8
Seite 150
Slow: Geschmorte Auberginen + Kicherer-
bsen in Harissa-Tomatensauce



Bild 9
Seite 178
Slow: Linsen-Rote-Bete-Salat + Ziegenkäse



Bild 10
Seite 204
Quick: Gerösteter Rosenkohl mit Orangen-Marinade + Mandeln



Bild 11
Seite 207
Slow: Crêpe-Röllchen mit Süßkartoffel + Zatar

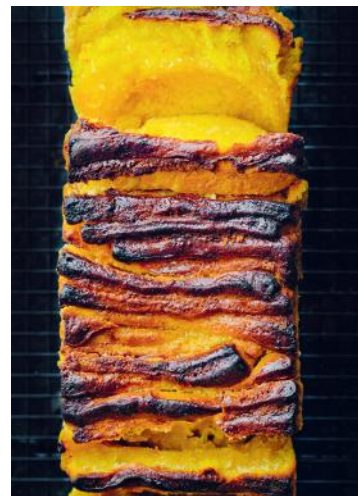


Bild 12
Seite 216
Slow: Faltenbrot mit Safran + Orange



Bild 13

Seite 225

Slow: Heidelbeer-Kardamom-Schnecken



Bild 14

Seite 229

Quick: Gefüllte Datteln mit Ingwer + Himbeeren



Bild 15

Seite 233

Quick: Mango-Lassi am Stiel mit Mandel-Crumble



Bild 16

Autorenprät David Frenkiel und Luise Vindahl

Copyright:

David Frenkiel, Luise Vindahl/Knesebeck Verlag

Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne Druckdaten. Bis zu drei Fotos, ein Autorenfoto sowie das Cover sind im Kontext einer Buchbesprechung honorarfrei.

Online dürfen Sie gern mehr Bilder (in geringerer Auflösung) zeigen. Für TV-Beiträge können Sie ebenfalls mehr Bildmaterial verwenden. Melden Sie sich dazu gern bei uns!