

## Presstext

Für die ganze Familie jeden Tag eine gesunde Mahlzeit auf den Tisch zu zaubern, die allen schmeckt, kann eine echte Herausforderung sein. David Frenkiel und Luise Vindahl liefern in ihrem Familienkochbuch jede Menge gute Tipps und Rezeptideen, die zeigen wie es gehen kann: Mit Dino-Burgern, Regenbogenpfannkuchen und Sushi-Burrito-Rollen kommt nicht nur abwechslungsreiches und gesundes Essen, sondern auch Spaß auf den Familien-Esstisch. Ob Alltagsküche, Lunchbox, Snacks oder Desserts – die über 50 unkomplizierten vegetarischen Rezepte, inspiriert von Gerichten aus aller Welt, eignen sich perfekt zum Nachkochen mit Kindern und sind auf den Gaumen der Kleinsten zugeschnitten. Durch kleinere Upgrades, die David und Luise am Ende der Rezepte empfehlen, lassen diese sich ganz mühelos für Erwachsene variieren. So schmeckt es der ganzen Familie!

**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). Dies ist ihr fünftes 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 & Luise Vindahl**

## **Die grüne Familienküche** *Das vegetarische Familien- kochbuch für jeden Tag*

**Gebunden, 208 Seiten,  
mit 150 farbigen Abbildungen  
aus dem Englischen von Helmut Ertl  
Preis € 35,- [D] 36,- [A]  
ISBN 978-3-95728-282-8  
Erscheinungstermin 25. Juli 2019**

[www.greenkitchenstories.com](http://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. 2, S. 13, S. 38, S. 42, S. 45, S. 54, S. 61, S. 70, S. 81, S. 93, S. 119, S. 177, S. 181, S. 205.

## Pressebilder

David Frenkiel & Luise Vindahl: Die grüne Familienküche

# KNESEBECK

*Das besondere Buch*



**Bild 1**  
Seite 2  
Isac, Noah und Elsa (v.l.)  
helfen gerne beim Kochen.



**Bild 2**  
Seite 13  
Sohn Isac



**Bild 3**  
Seite 38  
Sommerliche Quetsch- und-  
Rupf-Pasta



**Bild 4**  
Seite 42  
Tofu-Cashew-Masala



**Bild 5**  
Seite 45  
Süßkartoffelreis aus dem  
Ofen mit Erdnüssen



**Bild 6**  
Seite 54  
Grüne Suppe mit Sahne-  
wölkchen



**Bild 7**  
Seite 61  
Kürbis-Schokoladen-Eintopf  
mit Hirse



**Bild 8**  
Seite 70  
Röstgemüse aus dem Mixer  
mit Halloumi-Croûtons



**Bild 9**  
Seite 81  
Gefüllte Regenbogentoma-  
ten



**Bild 10**  
Seite 93  
Dino-Burger



**Bild 11**  
Seite 119  
Gefüllte Sandwich-Rollen  
mit Erdnuss-Hummus und  
Möhren



**Bild 12**  
Seite 177  
Schwarze-Bohnen-Brownies



**Bild 13**  
Seite 181  
Bananen-Schoko-Eis am  
Stiel



**Bild 14**  
Seite 205  
Familienporträt

**Copyright:**  
David Frenkiel/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!**