

Literatur für Leib und Seele - pressebüro m empfiehlt:

Sue Quinn & Victoria Wall Harris

„80 extravagante Salate“

Umschau Verlag

ISBN 978-3-86528-837-0 19,95 Euro



Beschämt habe ich meinen Kopfsalat und die Paprika wieder in den Kühlschrank gelegt, kam mir diese Kombination plötzlich doch arg einfallslos vor angesichts des prächtigen Umschau-Titels “80 extravagante Salate”. Dass man Nektarinen, Rucola und Bohnen oder Brokkoli mit Sardellen zusammen anrichten kann, ist nur auf den ersten Blick fremd. Probiert man diese Rezepte erst aus, wandern sie sofort ins hauseigene Salate-Repertoire. Eine schöne Entdeckung!

Harold & Bianca Faltermeyer

„Sweet Home Bavaria“

Umschau Verlag

ISBN 978-3-86528-8448-8 29,95 Euro



Der Harold Faltermeyer? Der Komponist von „Axel F.“? Ja, genau der Harold Faltermeyer hat sich zusammen mit seiner Tochter Bianca, die für die Fotografien zuständig war, auf den Weg gemacht und ein herrlich anderes bayerisches Kochbuch herausgebracht. Er komponiert nachkochbare Variationen bekannter bayerischer Rezepte und bereichert damit die Kochbuchlandschaft des Herbstes um eine wirklich gelungene Gaumen-Musik!

Jamie Oliver

„Jamies 5 Zutaten Küche“

Dorling Kindersley Verlag, 2017, 318 Seiten mit zahlreichen Abbildungen

ISBN 978-3-8310-3421-5, 26,95 Euro



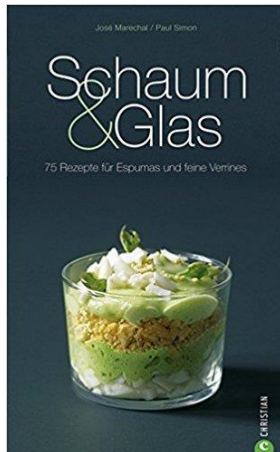
Mein Lieblingsrezept? Schweinefilet mit Mangold und Kichererbsen. Sehr einfach zuzubereiten und geschmacklich äußerst beeindruckend! Jamie Oliver schafft es auch mit diesem Buch zu überraschen. Nur fünf Zutaten benötigt man für jedes Rezept – diese Vorgabe macht die neue Rezepte-Sammlung so unglaublich reizvoll. Keine langen Einkaufslisten, die man nur nach dem Besuch zahlreicher Fachgeschäfte abarbeiten kann; nein, einfach nur fünf Zutaten, die leicht zu beschaffen sind und es kann losgehen. Ein Must-Have für alle Jamie Oliver-Fans und für alle, die es noch werden wollen.

José Maréchal/Paul Simon

„Schaum & Glas“ – 80 Rezepte für Espumas und feine Verrines

Christian Verlag

ISBN 978-3-86244-149-5, 19,99 Euro



Sie laden zum Dinner ein und wollen Ihre Gäste mit etwas ganz Neuem überraschen ? Dann trauen Sie sich, die köstlichen Espumas- und Verrines-Rezepte auszuprobieren und Sie werden sehen, wie aussergewöhnlich die Kreationen sind. Serviert werden die Gaumenfreuden in schönen Verrines-Gläsern oder auf großen Vorspeisen-Löffeln. Vieles kann man gut vorbereiten und somit ganz entspannt in einen besonderen Dinner-Abend starten.

Andrea Boscagli

„Semplice – Meine einfache italienische Küche“

Kunstmann Verlag, 2017, 222 Seiten mit zahlreichen Abbildungen

ISBN 978-3-956-14-208-6, 28 Euro, 222 Seiten



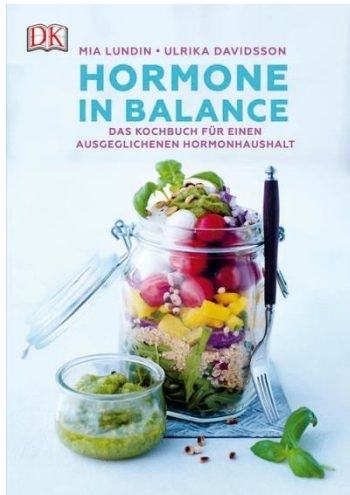
Oft will man doch einfach „nur“ ein Risotto machen oder überlegt, wie man Artischocken richtig zubereitet. Dies ist wirklich leicht mit den Rezepten von Andrea Boscagli, der in München-Schwabing das legendäre „Vini e Panini“ führt. Dort kann man auch viele Zutaten für die herrlich-unkomplizierten Rezepte kaufen und bekommt die eine oder andere Beratung in Sachen italienischer Küche gleich gratis dazu. Ja, ich weiß, italienische Kochbücher hat wirklich schon jeder im Regal, aber dieses lohnt sich in jedem Fall, denn die Rezepte gelingen und schmecken wie bei Nonna in Italien!

Mia Lundin/ Ulrike Davidsson

„Hormone in Balance“ – das Kochbuch für einen ausgeglichenen Hormonhaushalt

Dorling Kindersley Verlag

ISBN 978-3-8310-3420-8, 16,95 Euro, 168 Seiten



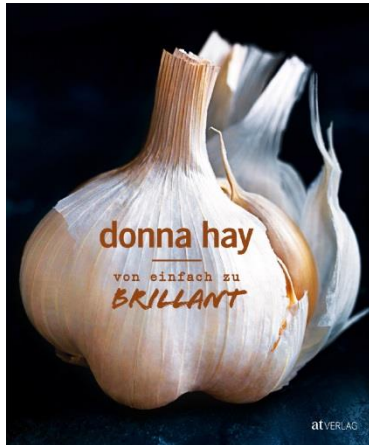
Ist das nachkochbar? Ja, ist es! Ich hab es ausprobiert und sehr genossen. Sowohl die Zubereitung als auch die Gerichte selbst. Besonders angetan hat es mir der italienische Salat im Glas mit Quinoa und getrockneten Tomaten, den man gut in die Arbeit mitnehmen kann. Aber keine Kür ohne Pflicht: Den informativen Teil am Anfang des Buches, der aufklärt über die verschiedenen Hormontypen, die hormonellen Phasen, den Zusammenhang zwischen Stress und Entzündungen – um nur einige Themen zu nennen – sollte man nicht auslassen. Sehr lesenswert!

Donna Hay

„von einfach zu BRILLANT“

at Verlag, 400 Seiten

ISBN: 978-3-03800-971-9, 39,90,Euro



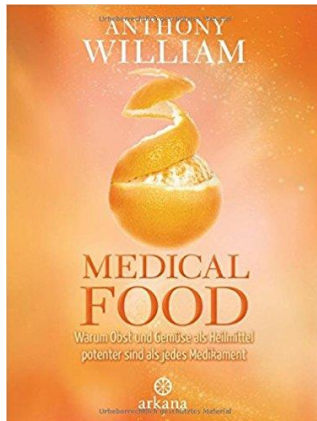
Donna Hay verzaubert mit jedem ihrer Kochbücher, denn die australische Spitzenköchin schafft es immer wieder, Küchenkreationen vorzustellen, die schon beim Lesen des Rezepts Lust auf die Zubereitung machen. Gnocchi selbstgemacht? Mit Ricotta? Kein Problem! Knusprig gebratener Lachs? Im Nu zubereitet! Klassischer Lemoncurd? Null problemo! In diesem Band werden ganz simple und etwas aufwändigere Rezepte vorgestellt und allen ist eines gemeinsam: Es beginnt bei einfachen Zutaten und schmeckt am Ende immer: BRILLANT!

Anthony William

„Medical Food“

Arkana Verlag

ISBN 978-3-4423-4225-9, 24 Euro, 397 Seiten

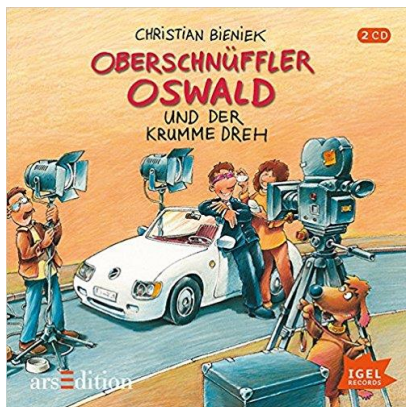


Anthony William, der Man mit den verblüffend medialen medizinischen Fähigkeiten möchte auch mit seinem zweiten Buch die verborgenen Heilkräfte unserer Nahrungsmittel sichtbar machen. Er definiert die „Heiligen Vier“, die Lebensmittel, die Heilmittel sind und stellt ihnen die „ungünstigen Vier“ gegenüber, die uns schaden und oft sogar krank machen. Ein interessantes Buch über die Wirkung unserer Nahrung, abgerundet durch einen abwechslungsreichen Rezeptteil.

Christian Bieniek

„Oberschnüffler Oswald und der krumme Dreh“ 2 CDs

IGEL Records ISBN 978-3-89353-195-0, 9,95 Euro, ab 8 Jahren, 157 Minuten Spielzeit



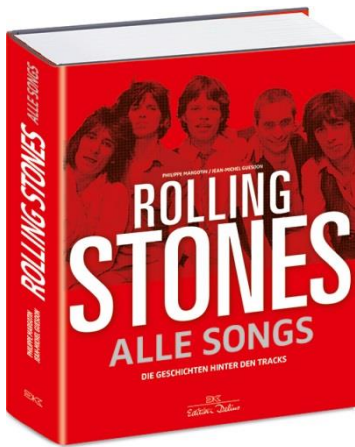
Wer noch kein Hunde-Fan ist, wird es spätestens, wenn er den übereifrigen Detektivhund Oswald kennenlernt, der aus seiner Langeweile herausfindet und mit seinen zweibeinigen Verbündeten auf Verbrecherjagd geht. Christian Bieniek hat es verstanden, seine jungen Hörer in Atem zu halten. Sehr spannend und superwitzig! Für lange Winterabende ideal.

Philippe Margotin/Jean-Michel Guesdon

„Rolling Stones – alle Songs“

Edition Delius, Delius Klasing Verlag, 752 Seiten, über 600 Fotos und Abbildungen

ISBN 978-3-667-11088-8, 59,90 Euro



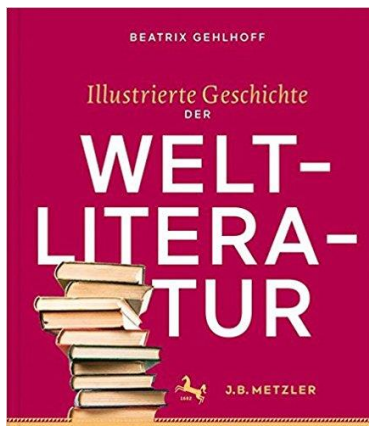
Schon klar, die Rolling Stones sind in erster Linie zum Hören da; man könnte meinen, da bräuchte es kein Buch...Braucht es aber doch, denn Philippe Margotin und Jean-Michel Guesdon präsentieren in „Rolling Stones – alle Songs“ die Geschichten hinter den Tracks, die selbst für eingefleischte Stones-Fans oft überraschend daherkommen. Aufnahmedetails, Anekdoten und interessante Storys lassen die Herzen der Fans höher schlagen. Stolze 752 Seiten warten regelrecht auf Schmuddelwetter, damit man es sich auf der Couch bequem machen kann mit diesem großen, roten Prachtband.

Beatrix Gehlhoff

„Illustrierte Geschichte der Weltliteratur“

Metzler Verlag

ISBN 978-3-476-04475-4, 24,99 Euro, 176 Seiten



Übersichtlich und ansprechend präsentiert Beatrix Gehlhoff die Geschichte der Weltliteratur mit einer solchen Leichtigkeit, dass der lange Weg von den ältesten Texten der Menschheit bis hin zur Literatur der Gegenwart wie ein inspirierender Spaziergang an viel frischer Luft erscheint. Nicht nur als Nachschlagewerk hilfreich, sondern einfach schön, um es von Anfang bis zum Ende zu lesen. Ein schönes Weihnachtsgeschenk für alle, die Bücher lieben!

Fleur Sakura Wöss

„Innehalten“ – Zen üben, Atem holen, Kraft schöpfen

Kösel Verlag

ISBN 978-3-466-37196-9, 16,99 Euro, 185 Seiten



Tokio, Melbourne, Wien, Gmunden, Kalifornien und wieder Japan – das sind die Lebensstationen von Fleur Sakura Wöss, die an den unterschiedlichsten Orten der Welt auf Menschen traf, die nach mehr innerer Stille, Kraft und Klarheit im Leben suchten. Längst ist es ganz normal, dass Führungskräften Zwangspausen verordnet werden, damit die Abwesenheit von Termindruck endlich wieder die Anwesenheit eines heilenden Zwischenraums ermöglicht. Ihn zu erobern, um den eigenen Rhythmus zu finden – dabei hilft Fleur Sakura Wöss. Dieses Buch sollte sich jeder schenken, der sich aufreibt zwischen verschiedenen Aufgaben, Terminen und Herausforderungen. Und ganz still, ganz leise übernimmt beim Lesen ein Lächeln die Regie, denn die Zeilen von Fleur Sakura Wöss bringen etwas zum Vorschein, was doch eigentlich jeder in sich spürt: Die Fähigkeit zum Innehalten und das Bedürfnis nach Ordnung durch Stille.

Sönke Priebe

„Horse Power“- Legendäre US-Cars

Motorbuch Verlag

ISBN 978-3-613-04001-4, 14,95 Euro, 224 Seiten



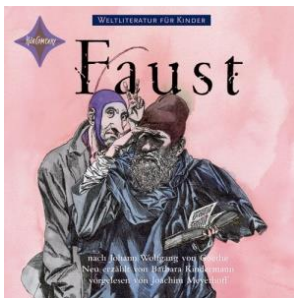
Verrückt nach amerikanischem Blech? Dann kommt man an dieser Pflichtlektüre nicht vorbei. Die herausragenden Bilder, die exklusiv für diesen Prachtband angefertigt wurden, zeigen amerikanische PS-Objekte der Begierde in ihrer ganzen Schönheit und bieten Daten, Fakten und Typen rund um die begehrten Muscle Cars. Die dazugehörige Automobilgeschichte kommt ebenfalls nicht zu kurz und macht den Band zu einer ganz besonderen Motor-Show.

Faust – nach Johann Wolfgang von Goethe; neu erzählt von Barbara Kindermann

vorgelesen von Joachim Meyerhoff, Ilona Schulz und Johnny Windler

Hörcompany

ISBN 978-3-935036-80-1, 14,95 Euro 1 CD Laufzeit ca. 60 Minuten, Texte im Beiheft 20 Seiten



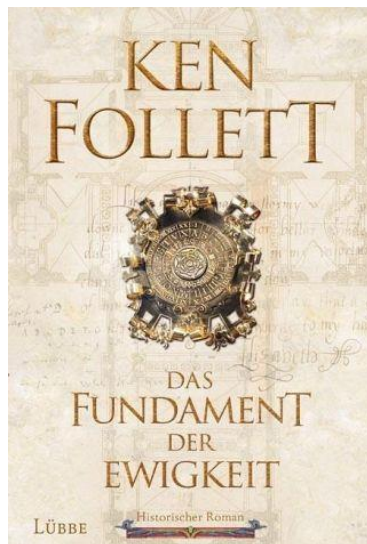
Wann ist es Zeit, Kindern Goethes Faust anzubieten? Jetzt! Denn keiner kann die Neuerzählung von Barbara Kindermann, die Mephisto, Faust und Gretchen auch für Kinder fassbar macht, so einfühlsam vorlesen wie der Schauspieler Joachim Meyerhoff, der in der hochgelobten Faust-Inszenierung am Hamburger Schauspielhaus höchst eindrucksvoll als Mephisto zu sehen war. Zusammen mit Ilona Schulz und Johnny Windler schafft er, was so manchem Deutschlehrer nicht gelingt: Kindern den „Faust“ verständlich machen. Gehört unbedingt unter den Weihnachtsbaum und ist für Kinder ab 8 Jahren – so wie vom Verlag angegeben – wirklich hervorragend geeignet.

Ken Follett

„Das Fundament der Ewigkeit“

Bastei Lübbe Verlag

ISBN 978-3-7857-2600-6, 36 Euro, 1162 Seiten



Wie kein Zweiter versteht es Ken Follett, nach SÄULEN DER ERDE und DIE TORE DER WELT erneut einen Kingsbridge-Roman vorzulegen, der stolze 1.162 Seiten vorweist und den Leser tief in die Geschichte eintauchen lässt. Ob Ned und Margery jemals heiraten können? 1558 sind Katholiken und Protestanten tief gespalten und der Konflikt entzweit die Gesellschaft. Die Protestantin Elizabeth Tudor wird in schwierigen Zeiten Königin und sieht sich gezwungen, den Aufbau eines Geheimdienstes zu veranlassen, um sich vor Angriffen der konkurrierenden Mächte zu wappnen. Europa stellt sich gegen England, aber Elizabeth schafft es, sich durch ihre Spione über fünfzig Jahre an der Macht zu halten. Historische Spannung von der ersten bis zur letzten Seite; so, wie wir es von Ken Follett gewohnt sind.

Sabrina Sue Daniels

„Koch mit Kurkuma“

Edition Michael Fischer

ISBN 978-3-86355-781-2, 9,99 Euro, 64 Seiten



Der Ingwer hat gesunde Verwandtschaft: Kurkuma! Dem asiatischen Gewürz, das aufgrund seiner gelben Farbe auch Safranwurzel genannt wird, werden antioxidative und entzündungshemmende Wirkungen zugeschrieben – allein dies ein Grund, Rezepte mit diesem „Zaubermittel“ auszuprobieren. Sabrina Sue Daniels präsentiert in „Koch mit Kurkuma“ 25 Rezepte und es ist erstaunlich, wie viele Einsatzmöglichkeiten es gibt für diese gelbe Wunderwurzel. „Karibische Süßkartoffelburger“, „Auberginen-Curry mit Aprikosen“ und „Spicy Chocolate Cookies“ – sie alle haben etwas gemeinsam: KURKUMA. In Currymischungen ist das gelbgoldene Gewürz ohnehin enthalten, aber es lohnt sich auch, die pure Variante des gesunden Gewürzes auszuprobieren – die Rezepte in „Koch mit Kurkuma“ laden dazu herzlich ein.

„Welt-Fußball-Rekorde 2018“ – Rekorde-Fakten-Statistiken-Informationen

arsedition

ISBN 978-3-8458-2272-3, 22,99 Euro, 256 Seiten, übersetzt von Andreas Hoffmann



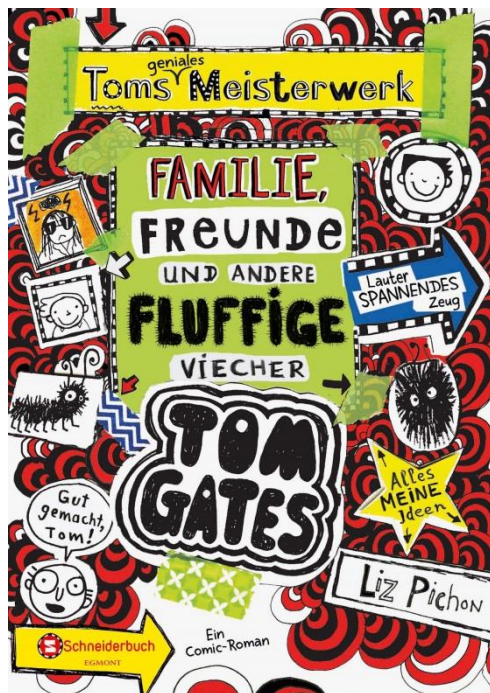
Der internationale Fußballsport wird hier für alle Fans zwischen 8 und 10 Jahren präsentiert, denn sämtliche Rekorde, Fakten, Statistiken, Sensationen und Informationen sind zu einem reich bebilderten Band zusammengefasst. Ob als „Lesebuch“ oder einfach als Nachschlagewerk – das Buch sollte in keinem Kinderzimmer fehlen, in dem ein Fußballfan wohnt. Und ganz nebenbei erreicht man, dass auch weniger lesefreudige Kinder plötzlich Spaß an Büchern entdecken, denn die vielen interessanten Geschichten laden zu einem längeren Aufenthalt zwischen zwei Buchdeckeln ein...

Liz Pichon

„Tom Gates, Band 12: Toms geniales Meisterwerk: "Familie, Freunde und andere fluffige Viecher“

Egmont Schneiderbuch

ISBN 978-3-505-14037-2, 12 Euro, 256 Seiten



Tom Gates-Leser aufgepasst! Tom hat wieder mal einiges vor, denn Mr. Fullerman möchte, dass jedes Kind einen Familienstammbaum anfertigt. Wohl oder übel muss hier auch Delia, den treuen Tom Gates-Lesern bereits gut bekannte obernervige Schwester von Tom, Erwähnung finden. Das Thema Abstammung lässt Tom Gates zu philosophischen Luftsprüngen ansetzen und eines sei hier definitiv versprochen: Der Spaß kommt auch in diesem Tom Gates-Band nicht zu kurz!

Tanja „Frau Hölle“ Cappell

„Handlettering Alphabete“

Edition Michael Fischer

ISBN 978-3-86355-768-3, 19,99 Euro, 144 Seiten



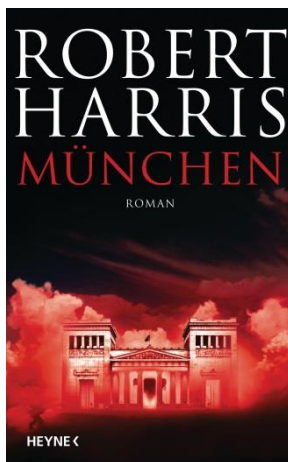
Über 60.000 Followern ist Tanja „Frau Hölle“ Cappell bereits aus den Social-Media-Kanälen bekannt. Als Visual Coach und Lettering Artist teilt sie in diesem Band ihren reichen Erfahrungsschatz rund um das Thema Schönschrift. Ob auf dem Papier oder dem PC, die Buchstaben-Kunst kann mit diesem Band jeder erlernen, der sich mit der richtigen Ausrüstung und ein wenig Geduld ausstattet und den ansprechenden Anleitungen folgt. Zwei Maxi-Poster liegen dem Buch bei und laden ein zum Abpausen kalligraphischer Alphabete. Ein wunderbares Buch für kalte Winterabende!

Robert Harris

„München“

Heyne

ISBN 978-3-453-27143-2 22 Euro, 432 Seiten



Robert Harris schafft es mit seinen Büchern immer wieder, dass man mittendrin und nicht nur dabei ist. Es fühlt sich an, als würde man eine Zeitmaschine besteigen und käme direkt 1938 in München im Führerbau an. Hier treffen sich gerade Hitler, Chamberlain, Mussolini und Daladier zu einer kurzfristig einberufenen Konferenz. Der Weltfrieden hängt am seidenen Faden. Im Gefolge des britischen Premierministers Chamberlain befindet sich Hugh Legat aus dem Außenministerium, der ihm als Privatsekretär zugeordnet ist. Auf der deutschen Seite gehört Paul von Hartmann aus dem Auswärtigen Amt in Berlin zum Kreis der Anwesenden. Den Zugang zur Delegation hat er sich erschlichen. Ingeheim ist er Mitglied einer Widerstandszelle gegen Hitler. Legat und von Hartmann verbindet eine Freundschaft, seit sie in Oxford gemeinsam studiert haben. Nun kreuzen sich ihre Wege wieder. Hochspannung pur! Anscheinend gab es bei der Übersetzung ein paar Fehler: Es werden permanent Maschinenpistolen mit Maschinengewehren verwechselt und das Münchner Oktoberfest war, ist und bleibt ein Volksfest und hat nichts mit einem Jahrmarkt zu tun. Aber ansonsten gilt: Packender kann man Geschichte kaum präsentieren. Fiktiver auch nicht...