

Omas Kräuterrezepte *durch das Jahr*

FRÜHER HABEN OMAS ALLES VERKOCHT, WAS VOR DER HAUSTÜRE GERADE REIF WAR, UND NATÜRLICH WAS GESCHMECKT HAT.

Überschuss wurde weiterverarbeitet, eingekocht und auch aus Resten wurden wohlschmeckende Gerichte gezaubert. Dieser regionale Zugang zu Nahrungsmitteln ist aktueller denn je.

Für jeden Monat des Jahres gibt die Autorin 20 besondere Kochanleitungen mit und um Kräuter und heilsame Gemüse. Die Rezepte sind einfach zum Nachkochen und weit weg von abgehobener Küche. Gerda Zipfmayer erfindet auch neue Rezepte und verleiht eigenen Kreationen eine sehr persönliche Note, wie „Zipfelines Kräuterwürze“. Zusätzlich liefert das Kochbuch auch Rezepte für Seifen, Badezusätze und Naturkosmetik.

Das Kochbuch ist ein Begleiter durchs ganze Jahr, mit gesunden Speisen für den abwechslungsreichen Familientisch. Mit nach Monaten gereihten Rezepten wird saisonales Kochen leicht, ein Beitrag zu Tradition und Klimafreundlichkeit.

GERDA ZIPFELMAYER lebt in Stockerau, Niederösterreich. In eine entbehrensreiche Zeit hineingewachsen lernte sie schon früh, sich von den Schätzen der Natur zu ernähren. Sie ist Absolventin der Weinviertler Kräuterakademie, LFI Kräuterpädagogin, FNL Kräuterexpertin, KAC Aflenz Heilkräutercoach und LFI Gartenbäuerin.

KONTAKT DEN AUTOREN:
E-Mail: g.zipfmayer@kabsi.at



Gerda Zipfmayer
**Omas Kräuterrezepte
durch das Jahr**
Format: 17 x 22 cm
Klappenbroschur,
216 Seiten,
durchgehend vierfärbig,
viele Fotos
ISBN: 978-3-99025-434-9
Preis: € 19,90

PRESSEKONTAKT & MATERIALBESTELLUNG

Freya Verlag GmbH, presse@freya.at, +43 7235-50405

Wir bitten herzlich um Erwähnung des Titels und freuen uns sehr, wenn Sie ein Belegexemplar anfordern.
Abdruck honorarfrei bei Nennung des Verlags.