

Christina Wiedemann; Sabine Nimz

DAS AROMA DER JAHRESZEITEN

Vegetarische Rezepte und Geschichten aus den Alpen



Kommt mit auf eine Reise durch die Alpen und taucht ein in vegetarische Wohlfühl-Genüsse, die euch direkt in einen Kurz-Urlaub in den Bergen versetzen werden. Die Ökotrophologin Christina Wiedemann hat sich bei diesem Kochbuch von ihrer Liebe zu den Alpen und deren Kulinarik inspirieren lassen und saisonale, vegetarische Gerichte entwickelt, die Körper und Seele guttun.

Im Fokus der Rezepte stehen alpenländische Klassiker, die den Jahreszeiten gemäß und mit regionalen Zutaten zubereitet werden. Die Rezepte sind aber nicht nur nachhaltig und lecker - mit den wunderschönen Aquarell-Rezeptbildern der Tiroler Künstlerin Sabine Nimz kann man die Gerichte bereits beim Anschauen förmlich schmecken. Stimmungsvolle Features erzählen zudem spannende Geschichten über die Alpenregionen, die Menschen, die dort leben sowie über ihre Traditionen und Bräuche in den unterschiedlichen Jahreszeiten.

Bibliografische Daten

ISBN 978-3-8307-1077-6

26,00€ [D] | 26,80 € [A]

152 Seiten, 21,6 x 23,2 cm

September 2024



Text zur Veröffentlichung freigegeben.

Stiebner Verlag GmbH

Email: presse@stiebner.com | Telefon: +49 (0) 89 45 22 199 11

- **Nachhaltig, vegetarisch, saisonal: gesunder Genuss im Einklang mit dem Jahreslauf**
- **Mal traditionell, mal modern interpretiert: Wohlfühlrezepte aus dem Alpenraum**
- **Wunderschöne Aquarelle zu allen Rezepten, stimmungsvoll ergänzt durch Fotos und Texte zu Brauchtum und Landschaften**



Über die Autorinnen: Christina Wiedemann ist Diplom-Ökotrophologin und Autorin und veröffentlichte bereits mehrere erfolgreiche Ernährungsratgeber und Kochbücher. Es ist ihr wichtig gesund und ausgewogen zu essen, dabei setzt sie auf frische, natürliche Produkte, saisonale Küche und eine große Portion Genuss. Instagram: @mehrlebensqualitaet
Sabine Nimz ist Gold- und Silberschmiedemeisterin in Innsbruck und hat ihr Hobby Kunst und Malerei zum zweiten Standbein gemacht. Instagram: @paint_breathe_repeat

Über den Stiebner Verlag: Der familiengeführte Stiebner Verlag mit Sitz in München bringt mit viel Herz und Leidenschaft hochwertige Titel für ambitionierte Hobby- wie Profi-Kreative, für kochbegeisterte Genuss-Menschen sowie für Sport-Interessierte und Sport-Treibende heraus. Die Stiebner Verlag GmbH vereint die Marken Stiebner und Copress. Während man bei Stiebner Inspirierendes zu Handarbeiten, Kreativität, Kochen und Genießen findet, dreht sich bei Copress alles rund um die Themen Sport, Fitness und Abenteuer. Inhaltliche Tiefe und versierte Autorinnen und Autoren sind dabei die Ansprüche des Verlags, in dem sechs kreative Frauen von der Titelauswahl über die Herstellung bis hin zum Vertrieb das komplette Programm managen. Mit einer guten Nase für Trend-Themen, unbesetzte Nischen und besondere Persönlichkeiten veröffentlicht der Verlag nun bereits seit über 150 Jahren. Seine Ursprünge hat er in der Verlagsgruppe Bruckmann, die 1858 gegründet und in den 1960er-Jahren von Erhard D. Stiebner übernommen wurde, der in der Nachkriegszeit als Setzer für das Unternehmen tätig war.



1999 ging der Verlag an seinen Sohn, Jörg D. Stiebner, und aus der Verlagsgruppe Bruckmann entstand der Stiebner Verlag mit den beiden Imprints Stiebner und Copress. Seit Juli 2019 führt seine Tochter, Melanie Stiebner, das Familienunternehmen nun in dritter Generation.