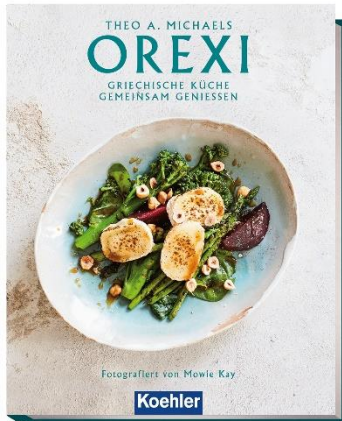


Hamburg, April 2020



Theo A. Michaels

OREXI

Griechische Küche gemeinsam genießen

Hardcover • 19 x 23,5 cm • 176 Seiten • zahlr. Farb-Fotos
Mehr als 80 Rezepte

€ (D) 24,95 | € (A) 25,60 | SFr* 34,90

ISBN 978-3-7822-1363-9

- *Runde Mischung moderner und traditioneller griechisch-zypriotischer Gerichte*
- *Leicht nachzukochen*
- *Angesagter, social media aktiver Autor*

Einer der besten jungen Köche Großbritanniens, Theo A. Michaels, zollt mit dieser einzigartigen Sammlung von griechischen und zypriotischen Rezepten seiner Familiengeschichte Tribut: Er feiert gleichermaßen die traditionellen Gerichte und die moderne griechisch-zypriotische Küche.

Theo A. Michaels zeigt, wie man genießen kann wie die griechischen Götter: Meze (kleine Häppchen), Vorspeisen, Fisch- und Fleischgerichte, Desserts und Cocktails hat er im Angebot. Mit einer gesunden, ausgewogenen und einfachen Ernährung auf griechische Art zu schlemmen, ist ein Fest, vor allem mit Freunden und Familie: In Griechenland sind das Zubereiten und Verzehren von Mahlzeiten soziale Ereignisse.

Die griechische Kost gilt als eine der gesündesten weltweit: Sie basiert auf viel frischem Gemüse, Obst, Körnern und Hülsenfrüchten, Meeresfrüchten aller Art und Milchprodukten wie Joghurt und Feta. Auf griechische Art essen und leben heißt ausgewogen zu essen und nachhaltig zu leben, ohne sich dabei sklavisch an Vorschriften einer spezifischen Diät halten zu müssen. Griechisch Essen ist eine Lebensphilosophie!

Was genau sind griechische Lebensmittel und was macht griechisches Essen aus? Was macht die Zutaten typisch „griechisch“? Theo A. Michaels nimmt Sie mit auf eine Reise durch die ehrliche und authentische Küche Griechenland und Zyperns.

Theo A. Michaels, Brite zypriotischer Abstammung, gehört seit Jahren zur Spitzengruppe der Ethno-Köche in Großbritannien. Er ist Küchenchef des Event-Caterers Elsewhere und tritt regelmäßig im Morgenmagazin von ITV sowie im BBC Radio auf.

Pressekontakt:

Stefanie Valjeur, Tel. +49 (0) 40 70 70 80 320, E-Mail: presse@koehler-mittler.de, www.koehler-books.de, Koehler im Maximilian Verlag GmbH & Co. KG, Stadthausbrücke 4, 20355 Hamburg