



Was kochen eigentlich Ärzte?

Ein neu erschienenes Kochbuch gibt Antwort und vermittelt statt Diätrezepten den Spaß am gemeinsamen Kochen

Was kochen und essen eigentlich Ärzte? Die Frage mag vor dem Hintergrund all der Gesundheits- und Ernährungsratgeber, von Schlankheits- und Fitnessdiäten, von angeblich gesunden und weniger gesunden Produkten, berechtigt erscheinen. Um die Antwort vorwegzunehmen: Nein, hier wird nicht streng Diät gekocht. Im Mittelpunkt des bei NiKROS erschienenen Buches "Besser leben - genussvoll kochen" steht auch nicht das aufwendige und stressige Verwöhnen von Gästen, sondern der Spaß am gemeinsamen Kochen mit Familie, Freunden und Kindern.

Dass sich im gemeinsamen und genussvollen Tun rund um Tisch und Herd ein besonderes Stück Lebensqualität offenbart, belegen die Ärzte mit ihrem Kochlöffel schwingenden Einsatz eindrücklich. Prominent unterstützt wurden sie dabei von einer Reihe überwiegend baden-württembergischer Sterne-Köche, die als Gastgeber wirkten und über 40 tolle Rezepte zu einem ungewöhnlichen Kochbuch beisteuerten.

Ergebnis ist nicht einfach ein weiteres Kochbuch, sondern ein Aufruf zu "mehr Genuss und Lebensfreude", der dem Lesepublikum vor allem das "Machen", die gemeinsame Zubereitung im Familien- und Freundeskreis, ans Herz legt.

Das Werk entstand aus einer Idee zur Unterstützung der Kinder-Rheumastiftung, die vom Bucherlös profitiert. Die Schirmherrin, Rosi Mittermaier, bekennt in ihrem Grußwort: "Kochen ist meine Leidenschaft" und "Kochen ist Lebensfreude und Lebensinhalt". Constanze Richter, praktizierende Ärztin und Vorsitzende des Landesverbandes Baden-Württembergischer Rheumatologen, die als Herausgeberin zeichnet, schreibt in ihrem Vorwort unter anderem: "Lebensfreude lässt sich bewirken, und man kann dafür etwas tun!"

Dass raffinierter Genuss und gesunde Küche einander nicht ausschließen, zeigen die gut verständlichen Rezepte der Spitzenköche. Ob einem der Sinn nach einem bestimmten Gericht steht oder nach einem kompletten 4-Gänge-Menü: von der Vorspeise bis zum Dessert finden sich hier lauter verführerische Anregungen, die sich nach Lust und Laune kombinieren lassen.

Denn darum geht es: um die Lust am Kochen und Essen und um die Lebensweisheit, dass eine gute Küche Lebensgenuss pur darstellt. Sinnliches Erleben wiederum dient dem allgemeinen Wohlbefinden grundsätzlich.

Davon sind die beteiligten Ärzte überzeugt, die sich mit einigen der landesbesten Köche zusammaten, um den Geheimnissen guter Küche auf den Grund zu gehen. Sie alle gelangen zur Erkenntnis: mehr noch als gute und gesunde Zutaten und deren gekonnte Zubereitung sorgt das gemeinsame Küchenerlebnis von Gästen und Gastgebern für außergewöhnliche und erinnerungswerte Erlebnisse.

Ein Rezept, das sich die LeserInnen des Buches jederzeit und vorbehaltlos selbst verschreiben können!

Die folgenden Köche haben das Projekt unterstützt und mit ihren Rezepten zum Buch beigetragen:

Benjamin Breitenbach, Philipp Hederer, Emile Jung, Armin Karrer, Justus Klein, Günter Krezdorn, Manfred Lang, Johann Polster, Pavel Pospisil, Wolfgang Quack, Thomas Röttele, Pawhin Sanasu, Christian Schauer, Rolf Straubinger, Armin Wiedmann

Besser leben - genussvoll kochen
Ärzte und Köche gemeinsam am Herd
Über 40 tolle Rezepte für mehr Genuss und Lebensfreude!
Herausgegeben von Dr. med. Constanze Richter
NiKROS Verlag, Ludwigsburg, 2012
ISBN 978-3-943688-01-6
120 Seiten, 23 cm x 23 cm, Hardcover, EUR 19.80 [D]

Ein Projekt zugunsten der Kinder-Rheumastiftung unter der Schirmherrschaft von Rosi Mittermaier

Infos: www.nikros.de
Anforderung von Rezensionsexemplaren: info@nikros.de

Link: <http://www.nikros.de/Web-Site/Besser%20leben.html>

Pressekontakt

NiKROS Verlag

Frau Petra-Marion Niethammer
Bismarckstr. 7
71634 Ludwigsburg

nikros.de
info@nikros.de

Firmenkontakt

NiKROS Verlag

Frau Petra-Marion Niethammer
Bismarckstr. 7
71634 Ludwigsburg

nikros.de
info@nikros.de

Die Bezeichnung NiKROS geht auf den keltischen Namen für den Fluss Neckar zurück und bedeutet "wilder, ungestümer Geselle".

Der Name ist Programm für den Verlag. In mäandrierenden Schlaufen erscheinen Bücher zu kulturellen Themen unterschiedlichster Art, die einen Bogen zwischen den verschiedenen Themengebieten spannen.

Petra-Marion Niethammer, Ludwigsburg, zeichnet verantwortlich für das Verlagsprogramm und die einzelnen Publikationen. Den Beginn ihrer verlegerischen Tätigkeit markieren zwei ungewöhnliche Kochbücher.

Anlage: Bild

NiKROS
Verlag