



Leseprobe

Estella Schweizer

Kochen für die Zukunft - Die Welt retten - aber mit Genuss!

Mit einem Vorwort von
Volker Gaßner (Greenpeace)

Bestellen Sie mit einem Klick für 25,00 €



Seiten: 224

Erscheinungstermin: 26. Juli 2023

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Let's eat the world better!

Unsere Ernährung ist für mehr als ein Drittel aller Treibhausgase verantwortlich. Wenn wir dem Klimawandel wirklich bewusst entgegenwirken wollen, macht es folglich einen Unterschied, was täglich auf unseren Tellern landet. Dieses Kochbuch plädiert für eine nachhaltige, umweltschonende und artgerechte Küche. Die über 90 saisonalen, veganen und klimafreundlichen Rezepte schmecken nicht nur gut, sondern leisten auch einen Beitrag zum Klimaschutz und sorgen für mehr Tierwohl. Zusätzlich wird das Thema nachhaltig Essen mit aktuellem Hintergrundwissen und anschaulichen Grafiken zu grundlegenden Zusammenhängen im Lebensmittelkreislauf erklärt.



Autor

Estella Schweizer

Estella Schweizer ist leidenschaftliche Aktivistin für klimafreundliche Küche und Expertin für pflanzliche Ernährung. Sie studierte fünf Jahre lang Medizin an der Albert-Ludwigs- Universität Freiburg, bevor sie sich für einen ganzheitlichen Ansatz in der Gesundheitsversorgung entschied, der auf Prävention setzt. Nach ihrer Ausbildung zur Ergotherapeutin und Ernährungsberaterin wagte sie den Sprung in die Gastronomie. Mehrere Jahre leitete sie ein veganes Café-Bistro in Regensburg und arbeitete nebenbei freiberuflich als Ernährungscoach, Eventköchin und gab Koch- und Backkurse. Estella ist zertifizierte „Plant-Based Chef“ und eine der renommiertesten veganen Köchinnen in Deutschland. Ihre kreative und umweltbewusste

KOCHEN FÜR DIE ZUKUNFT

LET'S EAT THE WORLD
A BETTER PLACE

