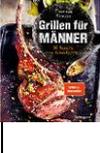
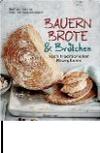


ESSEN, TRINKEN & GESUND GENIEßEN | SMARTSELLER

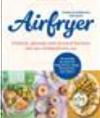
Zeitraum: Juli bis Dezember 2023

Reihenfolge basiert auf internen Daten und Media Control Abverkäufen

Bestellmenge	Cover	Titeldaten	EAN	Barcode	USPs
		Jessie Inchauspé Der Glukose-Trick Heyne Taschenbuch ET: 10. Januar 2022 ISBN: 978-3-453-60599-2 € 13,00 [D] / € 13,40 [A] / CHF 18,50(UVP) ca. 336 Seiten	9783453605992		Glukose gut, alles gut: ein ausgeglichener Blutzuckerspiegel ist der Schlüssel zu schlanker Linie, reiner Haut, besserem Schlaf und allgemeinem Wohlbefinden Jessie Inchauspé ist Biochemikerin und Ernährungsexpertin – auf Instagram begeistert sie mit erhellenden Selbsttests und neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen eine rasant wachsende Follower-Zahl Mit 10 einfachen und überraschenden Regeln, Spickzetteln und Selbsttests zur individuellen Anwendung
		Bas Kast Der Ernährungs-Kompass Penguin Verlag ET: 09. November 2022 ISBN: 978-3-328-10943-3 € 16,00 [D] / € 16,50 [A] / CHF 22,50(UVP) ca. 336 Seiten	9783328109433		Der Dauer-Bestseller jetzt im Paperbac Über 1 Million verkaufte Exemplare (Stand: 01/2021) – seit vier Jahren ununterbrochen auf der Bestsellerliste Basierend auf Tausenden von Studien: die definitive Antwort, wie man gesund isst und schlank bleibt oder wird »Dieses Buch wird Leben retten!« <i>Christian Keysers, Hirnforscher und Autor von "Unser empathisches Gehirn"</i> Jetzt neu: mit Rezeptbeispielen aus dem Kochbuch, außerdem zahlreiche Abbildungen und durchgehend zweifarbig gestaltet
		Jessie Inchauspé Der Glukose-Trick – Das Praxisbuch Heyne Hardcover ET: 24. Mai 2023 ISBN: 978-3-453-21858-1 € 25,00 [D] / € 25,70 [A] / CHF 34,50(UVP) ca. 288 Seiten	9783453218581		Das Praxis-Buch zum internationalen Megaseller „Der Glukose-Trick“ mit über 100.000 verkauften Exemplaren Für den leichten Einstieg in ein Leben mit ausgeglichener Glukose-Spiegel: mehr Energie, Gesundheit und strahlendes Aussehen Jetzt durchstarten mit dem Vier-Wochen-Plan: einfache und abwechslungsreiche Rezepte zu jedem der effektiven Ernährungs-Hacks
		Tim Mälzer Vierundzwanzigsieben kochen Mosaik ET: 11. Oktober 2023 ISBN: 978-3-442-39415-9 € 28,00 [D] / € 28,80 [A] / CHF 37,90(UVP) ca. 272 Seiten	9783442394159		»Rund um die Uhr lecker kochen!« <i>Tim Mälzer</i> Von Frühstück bis Mitternachtssnack – über 100 Rezepte, die das Einfache feiern und doch besonders sind! Eine Alltagsküche, die nicht alltäglich ist! In hochwertiger Ausstattung. Zuhause ist da, wo es am besten schmeckt. Das neue Buch vom beliebtesten Fernsehkoch Deutschlands, 100 leckere Rezepte (die Hälfte davon vegetarisch) für den ganzen Tag.
		Thomas Krause Grillen für Männer - 80 Rezepte ohne Schnickschnack Bassermann MA ET: 13. April 2021 ISBN: 978-3-8094-4406-0 € 9,99 [D] / € 9,99 [A] / CHF 14,50(UVP) ca. 144 Seiten	9783809444060		Mannigfaltige Rezepte Super Preisleistung: Früher € 19,99 - jetzt nur € 9,99 Über 50 einfach-raffinierte Rezepte. Kurz und prägnant. Mit alltäglichen Zutaten, ohne Schnickschnack Meatballs mit Cheddar und Chili, Burger mit Feigen und Gorgonzola, Entenkeulen mit Pflaumen-Ingwer-Glasur ... Thomas Krause ist Inhaber der größten Männerkochschule Deutschlands und hat eine regelmäßige Kochshow auf NTV
		Gerhard Kellner Bauernbrote & Brötchen nach traditionellen Rezepturen Bassermann MA ET: 08. Oktober 2018 ISBN: 978-3-8094-3967-7 € 9,99 [D] / € 9,99 [A] / CHF 14,50(UVP) ca. 192 Seiten	9783809439677		Brotsichere Rezepte! Doppelband! 192 Seiten! Über 50 traditionelle, überwiegend heimatliche Rezepte Von tausenden Hobbybäckern getestet. Diese Brote gelingen garantiert!
		Bas Kast Der Ernährungs-Kompass - Das Kochbuch C.Bertelsmann ET: 25. Februar 2019 ISBN: 978-3-570-10381-4 € 24,00 [D] / € 24,70 [A] / CHF 32,90(UVP) ca. 224 Seiten	9783570103814		Von den Lesern sehnsüchtig erwartet - jetzt das Kochbuch zum "Ernährungskompass" Mit 111 Rezepten und Anleitungen, wie man sich im Tagesablauf zu Hause oder im Büro gesund ernährt "Der Ernährungskompass" stand monatelang auf Platz 1 der SPIEGEL-Bestsellerliste (über 280.000 verk. Exemplare - Stand 11/18) Vom Wissenschaftsjournalisten und mehrfachen Bestsellerautor
		Dr. Anne Fleck Schlank! für Berufstätige Goldmann Taschenbuch ET: 19. April 2021 ISBN: 978-3-442-17908-4 € 15,00 [D] / € 15,50 [A] / CHF 21,50(UVP) ca. 224 Seiten	9783442179084		Der große Ernährungsbestseller mit über 60.000 verkauften Exemplaren. [Stand: Oktober 2020] Das Easy-Alltags-Kochbuch zur erfolgreichen Doc Fleck Methode. Von der Bestsellerautorin und bekannten Ernährungsmedizinerin Dr. med. Anne Fleck. »Endlich schlank durch den Job-Alltag.« <i>Eat Smarter</i> Mit Theorieteil und 80 leckeren, unkomplizierten Rezepten. Für alle, die wenig Zeit haben, sich aber gesund ernähren und abnehmen möchten.

Bestellmenge	Cover	Titeldaten	EAN	Barcode	USPs
		Dr. med. Petra Bracht, Prof. Dr. Claus Leitzmann Klartext Ernährung Goldmann Taschenbuch ET: 20. Dezember 2021 ISBN: 978-3-442-17927-5 € 14,00 [D] / € 14,40 [A] / CHF 19,90(UVP) ca. 656 Seiten	9783442179275		Der große Spiegel - Bestseller jetzt im Taschenbuch! Endlich Orientierung im Ernährungsdschungel: Alles über Nahrungsmittel, Ernährungstypen und Intervallfasten. Von der Bestsellerautorin von »Intervallfasten« und »Die Arthrose-Lüge«. Deutschlands führende Ernährungsexperten klären auf. Mit der richtigen Ernährung fit werden, gut leben, Krankheiten heilen. Einmalige Reichweite: 1,12 Mio. Abonnenten auf YouTube, 474.000 Fans auf Facebook, 216.000 Follower auf Instagram und 125.000 Newsletter-Abonnenten.
		Dr. Anne Fleck Die 70 einfachsten Gesund-Rezepte Goldmann Taschenbuch ET: 18. April 2022 ISBN: 978-3-442-17939-8 € 15,00 [D] / € 15,50 [A] / CHF 21,50(UVP) ca. 208 Seiten	9783442179398		Ganz einfach kochen und gesund essen mit Doc Fleck! 70 unkomplizierte Rezepte für gesunden Genuss, entwickelt mit Sterneköchin Su Vössing. So macht die richtige Ernährung Spaß und ist leicht umzusetzen. Von der Spiegel-Bestsellerautorin und bekannten Ernährungsmedizinerin Dr. med. Anne Fleck.
		Sebastian Maas Gar es ohne Bares! Penguin Verlag ET: 13. April 2022 ISBN: 978-3-328-10885-6 € 14,00 [D] / € 14,40 [A] / CHF 19,90(UVP) ca. 240 Seiten	9783328108856		Das Buch zur erfolgreichen SPIEGEL-Kolumne »Kochen ohne Kohle« – verfeinert mit vielen weiteren Rezepten Lecker kochen mit wenig Zeit und Geld – das perfekte Geschenk für Studierende, Workaholics und junge Eltern Für alle Leser*innen von Tasty, Kitchen Stories und Crispy Rob Durchgehend vierfarbig und mit vielen Fotos, Tipps und Tricks Großes SPIEGEL-Marketing
		Prof. Dr. med. Michaela Axt-Gadermann Der Abnehmkompass - Diäthürden überwinden und dauerhaft abnehmen - SPIEGEL Bestseller Südwest ET: 14. Dezember 2022 ISBN: 978-3-517-10096-8 € 22,00 [D] / € 22,70 [A] / CHF 30,50(UVP) ca. 336 Seiten	9783517100968		Individuelle Abnehmhürden überwinden und dauerhaft Gewicht reduzieren Mit Tests, Checklisten, Empfehlungen für Laboruntersuchungen, Ernährung, Nahrungsergänzungsmitteln und Lebensstil Von der bekannten Darm-Spezialistin mit 250.000 verkauften Büchern
		Bas Kast Der Ernährungskompass C. Bertelsmann ET: 05. März 2018 ISBN: 978-3-570-10319-7 € 20,00 [D] / € 20,60 [A] / CHF 27,90(UVP) ca. 320 Seiten	9783570103197		Fakten statt Mythen: das Fazit aus allen wissenschaftlichen Studien zur Ernährung Das definitive Buch über gesundes und schädliches Essen Vom erfolgreichen Wissenschaftsjournalisten und SPIEGEL-Bestsellerautor »Dieses Buch wird Leben retten!« <i>Christian Keysers, Hirnforscher und Autor von "Unser empathisches Gehirn"</i>
		Bundesamt für Bevölkerungsschutz (Hrsg.) Kochen ohne Strom - Das Notfallkochbuch - Die 50 besten Rezepte für Alltag, Camping und Notfall Bassermann MA ET: 27. September 2021 ISBN: 978-3-8094-4515-9 € 9,99 [D] / € 9,99 [A] / CHF 14,50(UVP) ca. 152 Seiten	9783809445159		Kompetenter geht's nicht! Von den absoluten Profis des Katastrophenschutzes! Nur € 9,99 Die 50 besten Rezepte mit wenig Wasser und ohne Strom aus dem bundesweiten Wettbewerb! Vom Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe und den Experten von ASB, DRK, THW, Malteser, Johanniter, Feuerwehr und Rettungsdienst Bonn Mit vielen Informationen, Tipps und Tricks der Experten für die richtige Notfallvorsorge
		Dr. Anne Fleck Schlank! Ganz einfach Goldmann Taschenbuch ET: 27. September 2023 ISBN: 978-3-442-17990-9 € 17,00 [D] / € 17,50 [A] / CHF 23,90(UVP) ca. 192 Seiten	9783442179909		Nachschub für alle Doc-Fleck-Fans: Über 365.000 verkaufte Exemplare bei Goldmann! [Stand: Februar 2023] Mit der darmgesunden und antientzündlichen Ernährung schmelzen überflüssige und gefährliche Fettpolster. Alle Rezepte sind frei von raffiniertem Zucker. Medial bestens vernetzt: Neben den »Ernährungs-Docs« ist Dr. Anne Fleck TV-Expertin in der wöchentlichen »Doc Fleck Sprechstunde« im RTL-Mittagsmagazin »Punkt 12«.
		Hanna Olvenmark Nachhaltig kochen unter 1 Euro Südwest ET: 18. April 2022 ISBN: 978-3-517-10032-6 € 18,00 [D] / € 18,50 [A] / CHF 24,90(UVP) ca. 160 Seiten	9783517100326		Nachhaltig und gesund kochen für unter 1 Euro Von Grünkohlpasta zu Beluga Bolognese - über 50 vegetarische Rezepte Viele sympathische Fotos laden direkt zum Nach- und Mitkochen ein.
		Gabriele Redden Rosenbaum Brot aus dem gusseisernen Topf - Die besten Rezepte für Sauerteig, Hefeteig, süße Brote, glutenfreie Brote und Brotaufstriche Bassermann MA ET: 26. August 2019 ISBN: 978-3-8094-4136-6 € 7,99 [D] / € 7,99 [A] / CHF 11,90(UVP) ca. 96 Seiten	9783809441366		Allein schon der Duft... Wie aus dem Holzofen! € 7,99 Die besten Rezepte für Sauerteig, Hefeteig, süße Brote, glutenfreie Brote und Brotaufstriche Das Geheimnis: Obwohl der Ofen auf 300 Grad eingestellt ist, entsteht im Topf die hohe Temperatur eines Holzofens Plus Rezept für Eilige: Das Brot, das nicht geknetet werden muss

Bestellmenge	Cover	Titeldaten	EAN	Barcode	USPs
		Dr. Anne Fleck <u>Schlank! und gesund mit der Doc Fleck</u> <u>Methode</u> Goldmann Taschenbuch ET: 15. April 2019 ISBN: 978-3-442-17818-6 € 12,00 [D] / € 12,40 [A] / CHF 16,90(UVP) ca. 192 Seiten	9783442178186		Das Doc Fleck Kochbuch jetzt als Taschenbuch. 80 leckere und einfache Rezepte. Entwickelt mit Sterneköchin Su Vössing. Die Wunderwaffe gegen Fettpolster! Beruht auf der weltweit größten Ernährungsstudie (PURE Study) mit 135.000 Menschen aus 18 Ländern.
		Stéphanie de Turkheim <u>Heißluftfritteuse - knusprig & fettarm</u> <u>frittieren, braten, rösten, backen - neue</u> <u>Rezepte für den Airfryer für Fleisch, Fisch,</u> <u>Gemüse, Obst und Kuchen</u> Bassermann MA ET: 17. Mai 2021 ISBN: 978-3-8094-4392-6 € 7,99 [D] / € 7,99 [A] / CHF 11,90(UVP) ca. 90 Seiten	9783809443926		Frittieren ohne Reue! Beste Preisleistung! 80 Seiten - nur € 7,99 Vom Trend zum Standard. Die Heißluftfritteuse liegt in der Google-Trendkurve gleichauf mit <i>Kitchenaid</i> und <i>Zauberstab</i> Mit ganz wenig Fett frittieren, garen, grillen, rösten und backen - das Rezeptbuch zur Heißluftfritteuse Fettarm, knusprig, energiesparend, schnell & sicher
		Willi Schlögl, Sebastian "Curly" Moser <u>Anleitung zum Weinsaufen</u> Südwest ET: 24. Mai 2023 ISBN: 978-3-517-10225-2 € 25,00 [D] / € 25,70 [A] / CHF 34,50(UVP) ca. 208 Seiten	9783517102252		Das Buch zum erfolgreichsten Weinpodcast "Terroir & Adiletten" im deutschsprachigen Raum mit Spitzensommelier Willi Schlögl und Rap-Ikone Curly Mit Spitzensommelier Willi Schlögl und Rap-Ikone Curly Amüsante Gastbeiträge (Tim Raue, Sophie Paßmann u.v.a) mit den besten Tipps zum Weingenuss
		Gill Rapley, Tracey Murkett <u>Baby-led Weaning - Das Grundlagenbuch</u> Kösel Sach-/Fachbuch ET: 25. Januar 2021 ISBN: 978-3-466-31158-3 € 22,00 [D] / € 22,70 [A] / CHF 30,50(UVP) ca. 240 Seiten	9783466311583		Das Grundlagenwerk zur artgerechten Ernährungsumstellung Jetzt komplett überarbeitet und aktualisiert Neues zu Allergien, sicherem Füttern und Baby-led Weaning in der Kinderbetreuung
		Rosenmehl (Hrsg.) <u>Wiederentdeckt: Die Schätze aus Omas</u> <u>Backbuch</u> Bassermann MA ET: 28. September 2022 ISBN: 978-3-8094-4145-8 € 14,99 [D] / € 14,99 [A] / CHF 20,90(UVP) ca. 224 Seiten	9783809441458		Der Duft von Kindheit & zu Hause Zum ersten Mal als Sonderausgabe! 224 Seiten - Nur € 12,99 100 über Generationen erprobte Familienrezepte. Für alle Jahreszeiten & Anlässe. Mit handgeschriebenen Aufzeichnungen alter Familienbackbücher, Geschichten und Bildern Über 150.000 verkaufte Ex. der Originalausgabe. Über 300.000 verkaufte Rosenmehl-Bücher insgesamt Wahre Rezeptschätze aus alten Zeiten. Liebevoll und hochwertig gestaltet
		Sophia Young (Hrsg.) <u>Das schnelle Camping Kochbuch. 50 Rezepte</u> <u>unter 30 Minuten</u> Bassermann MA ET: 22. März 2023 ISBN: 978-3-8094-4744-3 € 9,99 [D] / € 9,99 [A] / CHF 14,50(UVP) ca. 112 Seiten	9783809447443		Raus mit der Küche! Beste Preisleistung! 112 Seiten - nur € 9,99 Camping ist Urlaubstrend Nr. 1 Für Grill, Lagerfeuer und Campingkocher Mit wenig Geschirr und wenigen Zutaten
		Hanna Olvenmark <u>Nachhaltig Kochen: die 40€-Woche</u> Südwest ET: 01. März 2023 ISBN: 978-3-517-10214-6 € 19,00 [D] / € 19,60 [A] / CHF 26,50(UVP) ca. 192 Seiten	9783517102146		Der neueste Band der Bestseller-Reihe <i>Nachhaltig Kochen</i> Über sechzig saisonale und günstige Rezepte - großer Geschmack für den kleinen Geldbeutel Für jeden Monat gibt es eine Beispielwoche mit verschiedenen Rezepten und den dazu passenden Einkaufszettel, der 30€ nicht überschreitet
		Tim Mälzer <u>Kitchen Impossible</u> Mosaik ET: 21. Februar 2022 ISBN: 978-3-442-39399-2 € 24,00 [D] / € 24,70 [A] / CHF 32,90(UVP) ca. 176 Seiten	9783442393992		Das Buch zu Dauerkultursendung und Quotenrenner »Kitchen Impossible«. TIMPOSSIBLE! Lachen, fluchen, kochen – Tim Mälzer in Bestform. Die besten Rezepte, die tollsten Locations, die schrägsten Challenges, die coolsten Sprüche. Tim Mälzers Buch zur Kultursendung »Kitchen Impossible«: die besten 45 Rezepte, die tollsten Locations, die coolsten Sprüche. Für alle Fans
		Anna Jones <u>ONE - A Greener Way to Cook</u> Mosaik ET: 27. September 2021 ISBN: 978-3-442-39388-6 € 24,00 [D] / € 24,70 [A] / CHF 32,90(UVP) ca. 336 Seiten	9783442393886		Das neue Kochbuch der »Queen of the Greens«! Wie wir essen, kann die Welt verändern – viele Infos und Tipps rund um das Thema Nachhaltigkeit. Mit 200 raffinierten vegetarischen und veganen Gerichten für eine klimafreundliche Lebensweise. Einfache Zubereitung, großartiger Geschmack!

Bestellmenge	Cover	Titeldaten	EAN	Barcode	USPs
		Suzanne Ryan Simply Keto Goldmann Taschenbuch ET: 15. April 2019 ISBN: 978-3-442-17831-5 € 17,00 [D] / € 17,50 [A] / CHF 23,90(UVP) ca. 336 Seiten	9783442178315		Das Diät-Geheimnis: ketogene Ernährung! Low Carb, High Fat - so nimmt man endlich ab! Mit 30-Tage-Diätplan. Alles, was man für den erfolgreichen Einstieg wissen muss. Über 100 leckere Rezepte.
		Gordon Ramsay Meine 10-Minuten-Rezepte Südwest ET: 03. Februar 2023 ISBN: 978-3-517-10192-7 € 29,00 [D] / € 29,90 [A] / CHF 39,50(UVP) ca. 256 Seiten	9783517101927		Sir Gordon Ramsay – der erfolgreichste Sternekoch weltweit: 22 Bücher, 39 Restaurants, 16 Sterne, 12 Mio Abonnenten auf YouTube, 13 TV-Formate ... 100 fantastische Rezepte für jeden Tag – alle in 10 Minuten gekocht Aus einfachen Zutaten schnell tolle Gerichte zaubern: Mit den Profitricks von Gordon gelingt das jedem!
Ergänzungssortiment Essen, Trinken und Gesund genießen					
Zeitraum: Jan bis Juni 2024					
		Luise Lilienthal Mini-Muffins - Die besten Rezepte. Schnelle Backrezepte für süße und herzhaft kleine Kuchen Bassermann MA ET: 17. Januar 2024 ISBN: 978-3-8094-4790-0 € 7,99 [D] / € 7,99 [A] / CHF 11,90(UVP) ca. 80 Seiten	9783809447900		I like to Muffin Muffin ... Vollkommen konkurrenzlos! Nur € 7,99 Mini-Muffins sind der Hit auf Kindergeburtstagen und Partys aller Art Über 500.000 verkaufte Muffin-Bücher und -Sets Mit pikanten Minis
		Hanna Olvenmark Nachhaltig Kochen für draußen und unterwegs Südwest ET: 14. Februar 2024 ISBN: 978-3-517-10272-6 € 19,00 [D] / € 19,60 [A] / CHF 26,50(UVP) ca. 128 Seiten	9783517102726		Über 50 neue, günstige und nachhaltige Rezepte der Bestsellerautorin Hanna Olvenmark Zuhause vorbereiten, draußen genießen - ideal für Ausflüge, für Picknicks mit Freunden oder Familie Mit abwechslungsreichen Tipps für Unternehmungen zu jeder Jahreszeit + praktischen Packlisten
		Bérengère Philippon Glücklich zuckerfrei Südwest ET: 14. Februar 2024 ISBN: 978-3-517-10315-0 € 16,00 [D] / € 16,50 [A] / CHF 22,50(UVP) ca. 144 Seiten	9783517103150		Ohne Verzicht und Frust: Pfunde verlieren und Lebensfreude gewinnen 80 gesunde Rezepte mit niedrigem Glykämischen Index - schnell, einfach und ganz ohne Zucker Über 100.000 verkaufte Exemplare in Frankreich
		Nathan Anthony Fettarm frittieren mit dem Airfryer Südwest ET: 13. März 2024 ISBN: 978-3-517-10313-6 € 18,00 [D] / € 18,50 [A] / CHF 24,90(UVP) ca. 192 Seiten	9783517103136		Allein in Deutschland werden jährlich 1,5 Millionen Heißluftfritteusen verkauft, Tendenz steigend 80 einfache und schnelle Gerichte für alle, die gesund essen wollen - mit Kalorienangaben zu jeder Mahlzeit Die vielfältigen Möglichkeiten des Airfryers entdecken: kreative Rezepte für Burger, Chips und Donuts
		Nathan Anthony Slowcooking für Eilige Südwest ET: 13. März 2024 ISBN: 978-3-517-10314-3 € 18,00 [D] / € 18,50 [A] / CHF 24,90(UVP) ca. 192 Seiten	9783517103143		Ideal für Eilige und Anfänger: alltägliche Zutaten, einfache Zubereitung, maximaler Geschmack Morgens in 15 Minuten vorbereiten, abends genießen Aus aller Welt: von asiatischen Gerichten über Tex Mex und American Burger bis zur italienischen Küche
		Mattia Risaliti Si mangia Prestel Verlag ET: 13. März 2024 ISBN: 978-3-7913-8995-0 € 32,00 [D] / € 32,90 [A] / CHF 42,90(UVP) ca. 224 Seiten	9783791389950		Ideal für Kochbegeisterte, die sich für die kulinarischen Traditionen der Toskana interessieren Alles, was man für ein Familienfest braucht: 65 Rezepte von Antipasti und Gemüse über Pasta, Fisch und Fleisch bis hin zu Desserts, die einfach zuzubereiten und voller Geschmack sind Wunderschöne Fotos fangen die rustikale und romantische Atmosphäre der toskanischen Landschaft im Sommer ein Das erste Kochbuch des jungen, aufstrebenden Kochs Mattia Risaliti, der aus der Toskana stammt und in Berlin lebt
		Michel Luchesi Wilde Ernte aus dem Wald - 40 essbare Pflanzen - einfache Bestimmung, kompaktes Wissen und leckere Rezepte Bassermann MA ET: 13. März 2024 ISBN: 978-3-8094-4935-5 € 9,99 [D] / € 9,99 [A] / CHF 14,50(UVP) ca. 112 Seiten	9783809449355		Aus dem Wald - auf den Teller Beste Preisleistung! 112 Seiten, durchgehend vierfarbig - nur € 9,99 Kompaktes Wissen zu jeder Wildpflanze: Porträt mit Foto, Standort, Tipps für die Ernte, Geschmack, Sicherheitshinweise Zu jeder Pflanze ein leckeres Rezept Geordnet nach den Jahreszeiten - auch für Laien leicht zu handhaben

Bestellmenge	Cover	Titeldaten	EAN	Barcode	USPs
		Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH <u>Vegetarisch Grillen für die ganze Familie</u> Bassermann MA ET: 13. März 2024 ISBN: 978-3-8094-4940-9 € 7,99 [D] / € 7,99 [A] / CHF 11,90(UVP) ca. 80 Seiten	978380949409		Fleischlos brutzeln für alle Konkurrenzlose Preisleistung! Gebunden - nur € 7,99 Köstliche vegetarische und vegane Gerichte Hilfreiche Tipps&Tricks für einen gelingsicheren, vegetarischen Grillabend Da wird sogar der härteste Fleischesser weich
		Dr. Mindy Dr. Pelz <u>Gesund, schlank & fit mit der Zyklusernährung</u> Südwest ET: 20. März 2024 ISBN: 978-3-517-10311-2 € 20,00 [D] / € 20,60 [A] / CHF 27,90(UVP) ca. 416 Seiten	9783517103112		Ernährungsratgeber speziell auf die Bedürfnisse von Frauen zugeschnitten Mit 30-Tage-Fastenplan, der die Kraft Ihres Zyklus nutzt – auch wenn Sie keinen mehr haben! Über 50 Rezepte, basierend auf der metabolischen Ernährungsumstellung
		Bärbel Ring, Antonia Wien <u>Frischer Wein</u> Südwest ET: 27. März 2024 ISBN: 978-3-517-10232-0 € 22,00 [D] / € 22,70 [A] / CHF 30,50(UVP) ca. 192 Seiten	9783517102320		Bärbel Ring ist eine der besten deutschsprachigen Sommelières und erklärt Wein ganz unkompliziert Klarer Kursaufbau mit Checklisten für den leichten Einstieg in die Weinwelt Liebevoll gestaltet mit zahlreichen Fotos, Illustrationen und persönlichen Weingeschichten
		Alec Völkel, Sascha Vollmer <u>The BossHoss - Barbecue forever!</u> Südwest ET: 27. März 2024 ISBN: 978-3-517-10346-4 € 26,00 [D] / € 26,80 [A] / CHF 35,50(UVP) ca. 192 Seiten	9783517103464		The BossHoss: Stars auf der Bühne, Stars am Grill - die neuen Babecue-Rezepte der Erfolgsband Ob früh morgens oder spät in der Nacht, ob Lonesome Cowboys oder Friends & Family - Barbecue für jede Tageszeit und jeden Anlass Reich bebildert: 50 Rezepte plus zahlreiche Fotos von The BossHoss - in Berlin, auf der Bühne, backstage QR-Codes für Videos mit Sascha und Alec am Grill
		Ae Jin Huys <u>Korea Küche</u> Prestel Verlag ET: 27. März 2024 ISBN: 978-3-7913-8030-8 € 30,00 [D] / € 30,90 [A] / CHF 40,90(UVP) ca. 216 Seiten	9783791380308		Einmaliges Kochbuch: Mit heimischen Zutaten authentisch koreanisch kochen Koreanische Küche liegt im Trend und wird immer beliebter 70 Rezepte, die sich mit wenig Aufwand zubereiten lassen Besonders schöne Buchgestaltung
		Mikkel Karstad <u>Nordisch zu Tisch</u> Prestel Verlag ET: 27. März 2024 ISBN: 978-3-7913-8965-3 € 36,00 [D] / € 37,10 [A] / CHF 47,90(UVP) ca. 240 Seiten	9783791389653		70 einfache, gesunde und effektvolle Rezepte für alle, die gern Gäste einladen 6 Menüs für diverse Anlässe: Sommergrillfest, Sonntagsbrunch, Familienlunch, Abendtafel, Kindergeburtstag, Weihnachtsdinner Mit wertvollen Prep-Tipps zum Planen, Vorbereiten und Gastgeben Stimmungsvoll fotografiert und hochwertig gestaltet mit Bronze-Folienprägung
		Emily Timberlake <u>Bridgerton. Der offizielle Guide: Stilvoll</u> <u>Gastgeben wie in der britischen High Society</u> Prestel Verlag ET: 27. März 2024 ISBN: 978-3-7913-9314-8 € 22,00 [D] / € 22,70 [A] / CHF 30,50(UVP) ca. 160 Seiten	9783791393148		Das erste und einzige offizielle Kochbuch zur Netflix-Erfolgsserie 40 exquisite und luxuriös fotografierte Rezepte, von Tea Time bis Dinnerparty Originalbilder aus der Serie zeigen die Lieblingsfiguren aus der Bridgerton-Welt Mit Tipps zum Gastgeben und Entertaining auf die feine englische Art
		Stéphanie Bulteau <u>Leckere Eiscreme mit nur 4 Zutaten. Ohne Eismaschine. 100% natürlich</u> Bassermann MA ET: 27. März 2024 ISBN: 978-3-8094-4930-0 € 8,99 [D] / € 8,99 [A] / CHF 12,90(UVP) ca. 80 Seiten	9783809449300		Die Eisleistung des Sommers! Bester Preis unter Eis-Büchern! 80 Seiten gebunden - nur € 8,99 Wenige Zutaten, wenig Zeitaufwand. Dafür mit großen Stücken: Kekse, Schokolade oder Nüssen Ohne Eismaschine - ganz unkompliziert Mit laktosefreien/veganen Rezepten
		Dorothea Portius, Thomas Kartelmeyer <u>Die Kollagen-Formel</u> Südwest ET: 11. April 2024 ISBN: 978-3-517-10310-5 € 19,00 [D] / € 19,60 [A] / CHF 26,50(UVP) ca. 192 Seiten	9783517103105		Ab dem 25. Lebensjahr beginnt die Haut zu altern: Vorbeugen mit gezielter Ernährung, Bewegung, Sonnenschutz und Co. Das natürliche Verjüngungsprogramm: Gesünder, günstiger und wirksamer als künstliche Kollagencremes Anti-Aging-Ernährung für eine stärkere körpereigene Kollagensynthese, schnellere Zellerneuerung und jugendlichen Glow
		Matthias Gfrörer <u>Gemüse gut, alles gut</u> Südwest ET: 17. April 2024 ISBN: 978-3-517-10133-0 € 30,00 [D] / € 30,90 [A] / CHF 40,90(UVP) ca. 192 Seiten	9783517101330		Traditionsbewusst und modern: die besten Rezepte mit neuen und alten Gemüsesorten Gut für Umwelt, Gewissen und Gaumen: köstliche regionale und saisonale Küche Matthias Gfrörers Gutsküche bei Hamburg ist mit dem Grünen Stern des Michelin ausgezeichnet

Bestellmenge	Cover	Titel­daten	EAN	Barcode	USPs
		Köstlich schön Prestel Verlag ET: 11. April 2024 ISBN: 978-3-7913-8963-9 € 28,00 [D] / € 28,80 [A] / CHF 37,90(UVP) ca. 224 Seiten	9783791389639		Perfekt für alle, die ihre Gäste mit kreativem Backen oder Kochen beeindrucken wollen Über 60 süße und herzhaft Rezepte, inspiriert von der französischen, italienischen, koreanischen und japanischen Küche, die gewöhnliche Gerichte in essbare Kunstwerke verwandeln Das erste Kochbuch der gefeierten Instagrammerin Celine Rousseau mit den Rezepten ihrer beliebtesten Posts und neuen Kreationen
		Dr. med. Nikola Klün Kompass Kinderernährung Südwest ET: 24. April 2024 ISBN: 978-3-517-10265-8 € 22,00 [D] / € 22,70 [A] / CHF 30,50(UVP) ca. 224 Seiten	9783517102658		Der umfassende Ratgeber zu einem Thema, das alle Eltern beschäftigt Kinderernährung einfach und entspannt: mit vielen Tipps, Tricks und Rezepten für die leichte Umsetzung im Alltag Von einer gefragten Expertin mit großer Online-Reichweite: Nikola Klün ist Kinderärztin, Ernährungsmedizinerin und Mutter
		Céline Chung China-Kochbuch Südwest ET: 17. April 2024 ISBN: 978-3-517-10289-4 € 32,00 [D] / € 32,90 [A] / CHF 42,90(UVP) ca. 272 Seiten	9783517102894		80 vielfältige Rezepte aus der traditionellen Küche Chinas – modern interpretiert Baos in allen Variationen – voll im Trend und gesund Außergewöhnliche Fotografie und Gestaltung
		Annette Sabersky Günstig gut einkaufen Südwest ET: 24. April 2024 ISBN: 978-3-517-10271-9 € 18,00 [D] / € 18,50 [A] / CHF 24,90(UVP) ca. 192 Seiten	9783517102719		Der ultimative Guide für alle, die gesund und nachhaltig essen und trotzdem sparen wollen Umfangreicher Praxisteil mit Einkaufsführer, Tipps zum Selbermachen, Meal-Prep-Plänen und Empfehlungen für die Vorratshaltung Vorwort von Dr. Markus Keller, Deutschlands Experte Nummer eins für pflanzenbasierte Ernährung
		Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH Leckere Gerichte zum Mitnehmen Bassermann MA ET: 15. Mai 2024 ISBN: 978-3-8094-4933-1 € 6,99 [D] / € 6,99 [A] / CHF 10,50(UVP) ca. 64 Seiten	9783809449331		Besser, gesünder, preiswerter Konkurrenzlose Preisleistung! Nur 6,99 € Vielseitige Sattmacher für jeden Geschmack Praktische Tipps und Tricks zur Vorbereitung, Zubereitung, Haltbarkeit und Transport Selbstgemacht und mitgenommen. Der aktuelle Ernährungstrend!
		Alexandra Beauvais Glutenfreie Rezepte mit nur 4 Zutaten Bassermann MA ET: 24. April 2024 ISBN: 978-3-8094-4929-4 € 9,99 [D] / € 9,99 [A] / CHF 14,50(UVP) ca. 80 Seiten	9783809449294		Köstlich und absolut unkompliziert Doppelt besser: einzigartiges Konzept + bester Preis - nur € 9,99 33 einmalig einfache Rezepte mit Genussgarantie! Mit Fleisch mit Fisch, vegetarisch und vegan Kein Firlefanz! Nur mit überall erhältlichen Zutaten
		Sarah Wilson Best of »Goodbye Zucker« Goldmann Taschenbuch ET: 22. Mai 2024 ISBN: 978-3-442-18012-7 ca. € 20,00 [D] / € 20,60 [A] / CHF 27,90(UVP) ca. 240 Seiten	9783442180127		Die besten Rezepte aus Sarah Wilsons Erfolgstiteln »Goodbye Zucker«, »Goodbye Zucker – für immer« und »Goodbye Zucker – für jeden Tag«. Das Buch zum Ernährungstrend <i>zuckerfrei</i> und <i>glukosebewusste Ernährung</i> . Über 100 zuckerfreie Rezepte samt Desserts und Naschideen – süßer Genuss ohne Reue. Zahlreiche süße Alternativen machen den Verzicht ganz einfach!
		Ben Kindler, Antonia Wien Jahreszeitenküche Südwest ET: 30. Mai 2024 ISBN: 978-3-517-10312-9 € 28,00 [D] / € 28,80 [A] / CHF 37,90(UVP) ca. 192 Seiten	9783517103129		Klima- und budgetfreundlich: Mit günstigen Zutaten gute, nachhaltige Gerichte zaubern Über 70 gesunde Rezepte - schnell und einfach für die ganze Familie Ben Kindlers Jahreszeitenküche erreicht mit regionalen Zutaten den vollen Geschmack