



Presseinformation

Cornelia Trischberger

Kochen für Faule

Reihe: GU Autoren-Kochbücher

144 Seiten, mit ca. 70 Farbfotos.

Format: 18,5 x 24,2 cm, Softcover mit runder Ecke

Preis: 16,99 €(D) / 17,50 €(A) / 29,90 sFr

ISBN: 978-3-8338-1579-9



So schnell kann's gehen

Jetzt ist Schluss mit faulen Ausreden! Denn **Kochen für Faule** ist perfekt für Genießer, die keine Lust auf komplizierte und zeitaufwändige Küchenaktionen haben. Denen tischt die Autorin Cornelia Trischberger im neuen Buch rund 100 frische Rezeptideen für Kochen ohne Mühe auf.

Es kommen vor allem die Lebensmittel zum Einsatz, die das tägliche Küchenleben einfach machen. Eine Bio-Minialatgurke kann man ohne schälen bequem verarbeiten. Oder Kirschtomaten und Fisch aus der Kühltheke, denn da gibt es ebenfalls kaum etwas zu tun. Flotte, aber raffinierte Würzmittel aus Dose, Flasche, Glas und Tube sorgen für den nötigen Pep und Pürierstab und Mixer bringen ebenfalls Schnelligkeit in die Küche.

In den Kapiteln Salate, Suppen, Pasta, Omeletts, Fleisch, Fisch und Desserts wird jeder faule Koch fündig. Bunte knackige Salate mit fixen Dressings nach dem Motto: einmal rühren, mehrmals genießen! Feine cremige Suppen mit schon fertig geputztem Gemüse für Schnellkocher und buntes Sommerfrisches nur gemixt anstatt gekocht. Pasta-Fans werden staunen, wie schnell Tomaten- und Sahneseucen, eine Blitz-Bolognese oder Käse-Makkaroni auf dem Tisch stehen. Schnelle Eier-, Gemüse-, Reis- oder Kartoffelgerichte wie Zucchini-Omelett mit Ruckzuck-Raspel-Gemüse oder indische Kokoserbsen schmecken hervorragend zu Fleisch und Fisch, oder einfach auch nur mal so. Außerdem findet man in jedem Kapitel eine bequeme 4er-Seite mit den schnellsten Produkten: besonders fix, nicht aufwändig, flexibel und vielfach verwendbar. Und weil geschicktes Kombinieren ebenfalls Zeit spart, sind die passenden Beilagen auch gleich an Ort und Stelle eingestreut. Zum Schluss noch was Süßes? Ja, denn bei Chili-Obstsalat, Schokocreme oder Erdbeereis wird jeder schwach.

Damit auch beim Kochen für Freunde keine Hektik ausbricht, helfen „4 faule Menüs“ bei entspannter Vorbereitung. Und nicht einmal den Einkaufszettel muss man selber schreiben. Den gibt's nämlich mit allen Produkten aus diesem Buch zum Heraustrennen oder zum Download im Web.

Cornelia Trischberger ist freie Food-Journalistin und Autorin in München und hat bereits mehrere Titel bei GU veröffentlicht. Da sie die unkomplizierte Küche liebt und ihre Familie gerne mit neuen Kreationen überrascht – auch mal ganz spontan aus Vorräten zusammengestellt - sprudelte sie nur so voller Ideen für unsere faulen, bequemen Rezepte.