

## Presseinformation

---

Donna Hay

### Super fresh

Jeden Tag schnell und leicht gekocht

Umfang: 224 Seiten

Format: 22,5 x 26,5 cm, Broschur

Preis: 27,00 € (D) / 27,80 € (A) / 37,50 SFr

ISBN: 978-3-8338-7798-8

Erscheinungsdatum: November 2020



### Unwiderstehlich gesunde Rezepte für jeden Tag

‘Simple made special’, so lautet das Motto der australischen Bestseller-Kochbuchautorin Donna Hay. Sie zeigt, wie man aus einfachen Zutaten schnell leckere und gleichzeitig gesunde Gerichte zaubern kann – Einfachheit kombiniert mit dem gewissen Extra. Ihre Rezepte sind alltagstauglich und stresserprobt, denn sie ist selbst Mutter von zwei Teenagern und weiß, wo die Tücken liegen, wenn es der ganzen Familie schmecken soll. Donna Hay möchte das Leben ihrer internationalen Leser durch ihre unkomplizierten Gerichte vereinfachen und vor allem verbessern, denn nicht nur für den Körper, sondern auch für die Seele ist eine ausgewogene Ernährung das A und O. Mit ihren Rezepten es gelingt ganz leicht, das Leben in vollen Zügen zu genießen.

**Donna Hay** ist eine der erfolgreichsten internationalen Kochbuchautorinnen. Ihr Markenzeichen sind einfache, saisonale Rezepte, die sowohl Gaumen- als auch Augenschmaus sind. Zahlreiche ihrer Kochbücher wurden zu Millionen-Bestsellern. Sie ist Herausgeberin einer Kochzeitschrift und einer in Australien populären App, schreibt Kolumnen und führt einen Blog.