

10/2015

8. Dezember 2015

Das Blaue Kochbuch – perfekt für Anfänger und Fortgeschrittene

Zu seinem 80. Geburtstag erscheint das „Das Blaue Kochbuch“ in einer vollständig überarbeiteten Ausgabe. Seit der Erstauflage im Jahr 1936 wird der Klassiker regelmäßig aktualisiert und ist eines der erfolgreichsten Kochbücher aller Zeiten – das Buch wurde bis heute über 4 Millionen Mal verkauft. Die moderne Aufmachung, die übersichtliche Gestaltung und die vielen brillanten Farbfotos machen Lust aufs Lesen und Nachkochen.

Als Grundkochbuch unterstützt es Anfänger bei ihren ersten Kochversuchen; Fortgeschrittenen und Könnern dient es als Ratgeber und als Nachschlagewerk bei nicht alltäglichen Rezepten. Der Aufbau der Grundrezepte, viele vegetarische Rezeptvorschläge, zahlreiche Hinweise für Variationsmöglichkeiten, Tipps zum Gelingen und die ausführliche Schilderung der Arbeitsabläufe machen es zu einem klassischen Basis-Kochbuch. Gesund abnehmen – mit diesem Kochbuch gelingt das. Es enthält Wissenswertes über die vollwertige Ernährung, alle Rezepte sind mit Nährwertangaben versehen. Der Abschnitt „Ernährung bei Gesundheitsstörungen und ernährungsbedingten Krankheiten“ gibt einen ersten kompetenten Überblick über Krankheitsbilder und deren diätetische Behandlung.

Neben den sorgfältig geprüften Rezepten sind Warenkunde, Einkaufsratgeber und Tipps zum sinnvollen Einsatz von Elektroherd, Dampfgargerät und Mikrowelle – mit vielen Tipps und Hinweisen zum Energiesparen – ein Garant für den täglichen und langfristigen Einsatz des Buches.

Herausgeber:

HEA – Fachgemeinschaft für effiziente Energieanwendung e. V.

55. Auflage 2016, 17 x 23,5 cm, 600 Seiten mit zahlreichen Farbfotos, schematischen Darstellungen und Tabellen, gebunden, ISBN 978-3-8022-1126-3. Preis: 24,80 € incl. MwSt. zuzüglich Versand.

www.das-blaue-kochbuch.de

Bildquelle: HEA

PRESSEINFORMATION



Fachgemeinschaft für
effiziente Energieanwendung e.V.

Über die HEA: Die HEA – Fachgemeinschaft für effiziente Energieanwendung e.V. hat ihren Sitz in Berlin. Sie ist der Marktpartnerverbund der Energiewirtschaft. Mitglieder sind Energieversorger, Unternehmen der Geräteindustrie, die Spitzenverbände der Energie- und Wasserwirtschaft BDEW, der Elektro- und Elektronikindustrie ZVEI, der Elektro- und Sanitärfachhandwerke ZVEH und ZVSHK sowie des Fachgroßhandels VEG und DGH.

Weitere Pressemeldungen und umfangreiches Bildmaterial finden Sie im **HEA-Pressbereich**.

Motive aus verschiedenen Anwendungsbereichen der Gebäude- und Haushaltstechnik zum kostenlosen Download finden Sie in der **HEA-Bilddatenbank**.

Die HEA bei **Twitter**: Lassen Sie sich die aktuellen Nachrichten per Tweet zusenden.

Im Falle eines Abdrucks bitten wir um Zusendung an die untenstehende Adresse.

Verantwortlich für den Inhalt:

HEA – Fachgemeinschaft für effiziente Energieanwendung e.V. Reinhardtstraße 32, 10117 Berlin, Geschäftsführer: Dr. Jan Witt, Eingetragen ins Vereinsregister am Amtsgericht Charlottenburg: VR 27893 B