

**AT Verlag**  
Neuerscheinungen  
und Backlist

# Frühjahr 2017



**artfolio**  
In Qualität vernarrt.

**A T** VERLAG

# Schweizer Verlag des Jahres 2016 ...

... und wir machen auch 2017  
die besten Bücher für Sie!

Ihr AT Verlag



Kochen 2

Natur 30

Heilkunde 38

Werken 46

Schweiz 52

Werbemittel 56

Backlist 57



# Hugh Fearnley-Whittingstall: »Esst mehr Obst!«



Fruchtige Klassiker und neue süße  
und pikante Kreationen

160 Rezepte für einheimische  
und exotische Früchte

»Obst spielt in der Küche eine lächerlich geringe Rolle. Das möchte ich ändern«, so der britische Erfolgsautor Hugh Fearnley-Whittingstall, der mit seinem Buch »Täglich vegetarisch« Maßstäbe gesetzt hat.

Die meisten von uns essen zu wenig Obst, und im Grunde unseres Herzens wissen wir das auch. Der Autor begegnet der verbreiteten Gleichgültigkeit und Fantasielosigkeit bei der Verwendung von Obst in der Küche mit einem Feuerwerk von 160 abwechslungsreichen Rezepten: süße und pikante Gerichte für fast alle saisonalen Früchte, die hierzulande gedeihen, vom ersten Rhabarber über saftige Beeren, Melonen, Pflaumen und Reineclauden bis zur herbstlichen Apfel- und Birnenernte, Hagebutten und anderen Wildfrüchten. Neben bekannten und beliebten fruchtigen Klassikern – Desserts, Kuchen, Tartes und Eiscremes –, schmeckt Obst auch wunderbar in pikanten Salaten, als Belag auf einer Pizza, peppt Fleischartöpfe auf und passt hervorragend zu Fisch.



### Hugh Fearnley-Whittingstall

ist eine Institution im britischen Fernsehen, in England höchst populärer Food-Journalist und Buchautor, der sich für biologische, saisonale und regionale, nachhaltig produzierte Lebensmittel einsetzt. Er betreibt das »River Cottage« in Devon mit Restaurant, Kochschule und großem Nutzgarten. Bisher sind acht sehr erfolgreiche Bücher von ihm erschienen.

Hugh Fearnley-Whittingstall  
**Täglich Früchte**  
160 Rezepte, pikant und süß

Fotos: Simon Wheeler  
416 Seiten, Format 18,9 x 24,6 cm  
180 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: Februar 2017  
Ca. € 28,- (D)/€ 29,- (A)/Fr. 34,-  
ISBN 978-3-03800-926-9



### TITELAKTION

- Täglich Früchte
- 11/10 Exemplare
- plus 1 kostenloses Ansichtsexemplar
- plus 1 Streifenplakat
- plus 1 Weidenkorb



# Die Top-Titel von Hugh Fearnley-Whittingstall:

40 000  
verkaufte  
Exemplare



## Täglich vegetarisch

8. Auflage 2016

€ 26,90 (D)/€ 27,70 (A)/Fr. 32,90

ISBN 978-3-03800-725-8



9 783038 007258



## Drei gute Dinge auf dem Teller

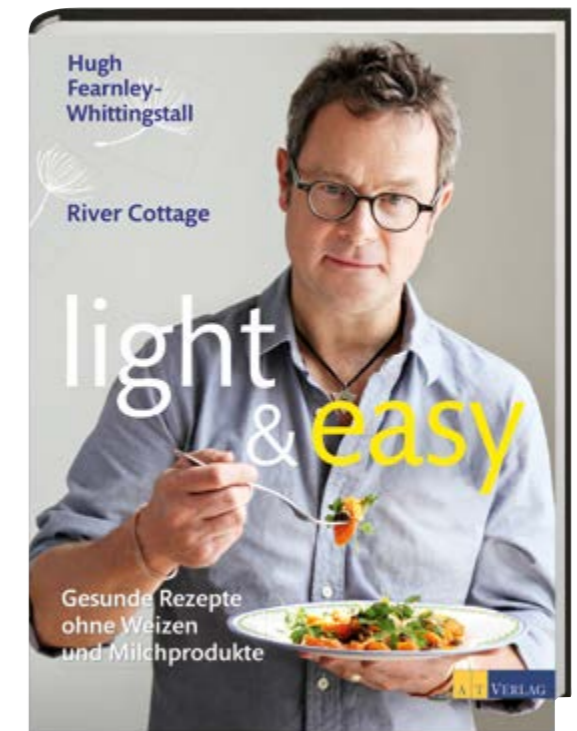
3. Auflage, 2016

€ 26,90 (D)/€ 27,70 (A)/Fr. 32,90

ISBN 978-3-03800-792-0



9 783038 007920



## light & easy

€ 24,90 (D)/€ 25,60 (A)/Fr. 32,90

ISBN 978-3-03800-827-9



9 783038 008279

»Die Bücher von Hugh Fearnley-Whittingstall treffen ganz offensichtlich den Zeitgeist.«

Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung

»Hugh Fearnley-Whittingstall konnte die Briten und Britinnen davon überzeugen, dass es richtig ist, Marmelade selbst zu kochen, im City-Apartment uralte Getreidesorten in Brot zu verwandeln und Gemüse auf städtischem Brachland anzupflanzen. Niemand wühlt überzeugender in Muttererde und schwärmt davon, wie großartig alles schmeckt, was in ihr gedeiht.«

DIE ZEIT

# Neues aus Lomelinos Back-Universum



## Torten

4. Auflage, 2015  
€ 24,90 (D)/€ 25,60 (A)/Fr. 29,90  
ISBN 978-3-03800-715-9



## Lomelinos Eis

3. Auflage, 2016  
€ 19,90 (D)/€ 20,50 (A)/Fr. 23,90  
ISBN 978-3-03800-793-7



Aufwendige Ausstattung  
mit Farbschnitt

Ganz einfach: Mürbteig + Füllung + Deko  
Originelle Inspirationen und praktische Tipps

Die erfolgreiche Fotografin und Rezeptautorin Linda Lomelino präsentiert in ihrem neuen Buch die wunderbare Welt der Kuchen, Tartes und Pies – in ihrem unverwechselbaren Stil, in meisterhaften Fotos inszeniert.

Ein einfacher Mürbteig, eine saftige Füllung, eine fantasievolle Dekoration – mehr braucht es nicht, um eine unglaubliche Vielfalt an unterschiedlichem Gebäck herzustellen. Alles sehr lecker und verführerisch und im Nu gemacht. Es gibt runde und viereckige Kuchen. Mit knusprigen Streuseln, kunstvoll geflochtenem Deckel oder eindrücklicher Baiserhaube. Crumbles, Galettes und Tartelettes. Pie Pops und kleine frittierte Teigtaschen. Auch die Füllung – mit Äpfeln, Birnen und Beeren, mit Schokolade, Nüssen und vielem mehr – erlaubt fast unbegrenzte Variationsmöglichkeiten. Mit praktischer Erklärung der Basics und vielen Tipps, um die attraktivsten und leckersten Kuchen zu backen.

### Linda Lomelino

schwedische Fotografin, Stylistin, Rezeptautorin und erfolgreiche Bloggerin (»Call me cupcake«). Sie studierte Fotografie, Englisch und Filmwissenschaften, ist heute als freischaffende Fotografin und Kreativeurin von Torten- und Eisspezialitäten tätig. Bisher sind von ihr drei sehr erfolgreiche Bücher erschienen.



Linda Lomelino  
**Lomelinos Kuchen,  
Tartes & Pies**

144 Seiten, Format 19,5 x 26 cm  
102 Fotos  
Gebunden, Farbschnitt  
Auslieferung: Februar 2017  
Ca. € 26,- (D)/€ 27,- (A)/Fr. 32,-  
ISBN 978-3-03800-961-0



### TITELAKTION

Lomelinos Kuchen, Tartes & Pies  
11/10 Exemplare  
plus 1 kostenloses Ansichtsexemplar  
plus 1 Streifenplakat



60 unkomplizierte Rezepte für Picknick, Camping und andere Outdoor-Aktivitäten

Lebensgefühl und Freiheit des Unterwegsseins

# Für Frischluft-Fanatiker und Clean Eater

Gesund essen, Kraft tanken und draußen einfach zusammen Spaß haben. Das ist das Motto dieses Buches. Gerade bei Picknick, Wandern, Camping und anderen Outdoor-Aktivitäten wird oft auf Fertigprodukte zurückgegriffen, weil sie vermeintlich praktischer und zeitsparender sind; dafür werden Geschmacksverstärker und andere Zusatzstoffe in Kauf genommen. Dabei geht es auch anders. Dieses Buch zeigt in über 60 Rezepten, wie einfach, unkompliziert und schnell sich unverfälschte Genüsse auf die Picknickdecke zaubern lassen. Wie wär's mit gefüllten Zucchini-Päckchen, Süßkartoffelsalat mit Erdbeeren oder Pizza California aus der Pfanne? Clean Eating ist der Schritt zurück zur Natur, Essen in seiner ursprünglichen Form. Alles frisch, keine fertigen Saucen oder Dips aus der Tüte. Mit naturbelassenen Zutaten, nährstoffreich, gesund und biologisch hochwertig. Und dazu wunderbar abwechslungsreich, geschmackvoll und ganz einfach lecker. In lockerer und luftiger Aufmachung, die zum fröhlichen Freiluftgenuss einlädt.



## Andrea Martens

Grafik-Designerin, Foodstylistin, Rezeptentwicklerin und Gastgeberin aus Leidenschaft. Lebt in Bonn und arbeitet seit über 10 Jahren mit Jo Kirchherr zusammen.

## Jo Kirchherr

seit 1995 passionierter und preisgekrönter Fotograf in Köln für Food, People und Werbung.



## sweet & salty

€ 19,95 (D)/€ 20,60 (A)/Fr. 23.90  
ISBN 978-3-03800-943-6

Andrea Martens  
Jo Kirchherr

## Draußen schmeckt's natürlich besser

Für Frischluft-Fanatiker und Clean Eater  
Schnelle Kleinigkeiten für Picknick, Camping und Outdoor

Ca. 144 Seiten, Format 18 x 24,5 cm  
Ca. 80 Fotos  
Flexcover  
Auslieferung: März 2017  
Ca. € 20,- (D)/€ 21,- (A)/Fr. 24,-  
ISBN 978-3-03800-963-4





# Tom Franz: So schmeckt mein Israel vegetarisch



Neue Rezepte vom deutschen Kochstar in Israel

70 Rezepte – ein Feuerwerk der Aromen, Verführung aller Sinne

»So schmeckt Israel«, das erste Buch des gebürtigen Rheinländers Tom Franz, wurde von Publikum und Presse begeistert aufgenommen. Nun verrät der Autor und Koch seine Auswahl der schönsten vegetarischen Rezepte. Sie sind maghrebinischen, arabischen und osteuropäischen Ursprungs und stammen aus der Küche der Menschen, die in Israel eine neue Heimat gefunden haben. Hinzu kommen eigene Kreationen des leidenschaftlichen Kochs Tom Franz, in denen er gekonnt die einheimischen Produkte zu mediterranen Köstlichkeiten verarbeitet. Kein anderes Land bietet eine vergleichbare Vielfalt an Gemüse und Obst in all ihren Varianten und verfügt als Schmelztiegel der Kulturen aus Ost und West über eine ebensolche Fülle und Vielfalt an Gerichten. 70 Rezepte – unkompliziert, einfach und dennoch raffiniert und verführerisch. Für alle, die fleischlos essen, jedoch nicht auf Genuss verzichten möchten. Viele Gerichte sind auch für Veganer geeignet.

### Tom Franz

Gebürtiger Rheinländer, ausgebildeter Jurist, arbeitete als Anwalt für Internationales Recht, bis er 2004 nach Israel auswanderte, zum Judentum konvertierte und seine Leidenschaft, das Kochen, zu seinem Beruf machte. Er lebt heute mit seiner Frau und drei Kindern in Tel Aviv.



Tom Franz  
**Israel kocht vegetarisch**  
Die schönsten Rezepte aus meiner neuen Heimat

Fotos: Daniel Lailah  
Ca. 176 Seiten, Format 19,5 x 25 cm  
Ca. 100 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: Februar 2017  
Ca. € 26,- (D)/€ 27,- (A)/Fr. 32,-  
ISBN 978-3-03800-957-3



### So schmeckt Israel

3. Auflage, 2016  
€ 26,90 (D)/€ 27,70 (A)/Fr. 32,90  
ISBN 978-3-03800-781-4



# Die Sprossen von gestern sind das Micro-Gemüse von heute



## Der neue Trend in der Küche: Powerpflänzchen voller Vitalstoffe

### Wrap mit Roter Bete, Pilzen, Schnittknoblauch- und Zuckerschoten-Leaves

**Für den Wrap-Teig**  
250 g Weizenmehl  
1 TL Salz  
1 TL Kurkuma

**Für die Rote-Bete-Creme**  
200 g Rote Bete, vorgegart  
1 kleine Knoblauchzehe  
1 TL fein geriebener Ingwer  
1/2 Zitrone, Saft  
1 TL Honig  
4-5 EL Gemüsebrühe  
Meersalz, Cayennepeffer  
4 EL Olivenöl

500 g gemischte Pilze  
(z. B. Shiitake, Champignons, Austernseitlinge)  
1 TL Butter  
Pfeffer aus der Mühle  
2-3 EL Schnittknoblauch-Leaves  
4 EL Zuckerschoten-Leaves  
Mehl für die Arbeitsfläche

Für den Teig das Weizenmehl mit Salz und Kurkuma in einer Schüssel mischen. Nach und nach 150 ml Wasser zugeben und alles zu einem glatten weichen Teig kneten. In Frischhaltefolie wickeln und 1 Stunde ruhen lassen.

Die Rote Bete grob würfeln. Zusammen mit Knoblauch, Ingwer, Zitronensaft, Honig und der Gemüsebrühe in der Küchenmaschine oder mit dem Pürierstab zu einer feinen Paste mixen. Mit Salz und Cayennepeffer würzen und 2 Esslöffel Olivenöl unterrühren.

Die Pilze trocken abreiben und in Scheiben schneiden. Das restliche Olivenöl und die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin 2-3 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schnittknoblauch-Leaves dazugeben und unterschwenken.

Den Wrap-Teig auf der Arbeitsfläche mit etwas Mehl durchkneten und in acht gleich große Stücke teilen. Auf der gut bemehlten Arbeitsfläche zu dünnen Fladen ausrollen. Eine große Pfanne erhitzen und die Fladen darin nacheinander von beiden Seiten etwa 1 Minute backen.

Die Wraps mit der Rote-Bete-Creme bestreichen, die Pilze darauf verteilen und mit den Zuckerschoten-Leaves bestreuen. Zu Wraps aufrollen, dabei eine Seite einklappen, damit die Füllung nicht auslaufen kann. Die Wraps in Back- oder Butterbrotpapier wickeln.

**Tipp**  
Wenn es schnell gehen soll, fertige Weizen- oder Maiswraps kaufen.

86



### Alfalfa

Alfalfa - auch Luzerne, Schneckenklee oder Ewiger Klee genannt - ist eine Nutzpflanze aus der Familie der Hülsenfrüchtliger. Als Micro Green ist sie unschlagbar, da sie einfach zu kultivieren und anspruchslos ist, dabei aber voller Proteine und Vitalstoffe steckt. Sie eignet sich besonders für Vegetarier und Veganer.

### Tipps für den Anbau zu Hause

Alfalfasamen keimen schnell. Die Leaves sind anspruchslos und wachsen zügig. Im erwachsenen Stadium mögen die Pflanzen etwas kalkhaltige, mäßig nährstoffreiche und humusreiche Lehm- und Lössböden.

### Dauer bis zur Ernte

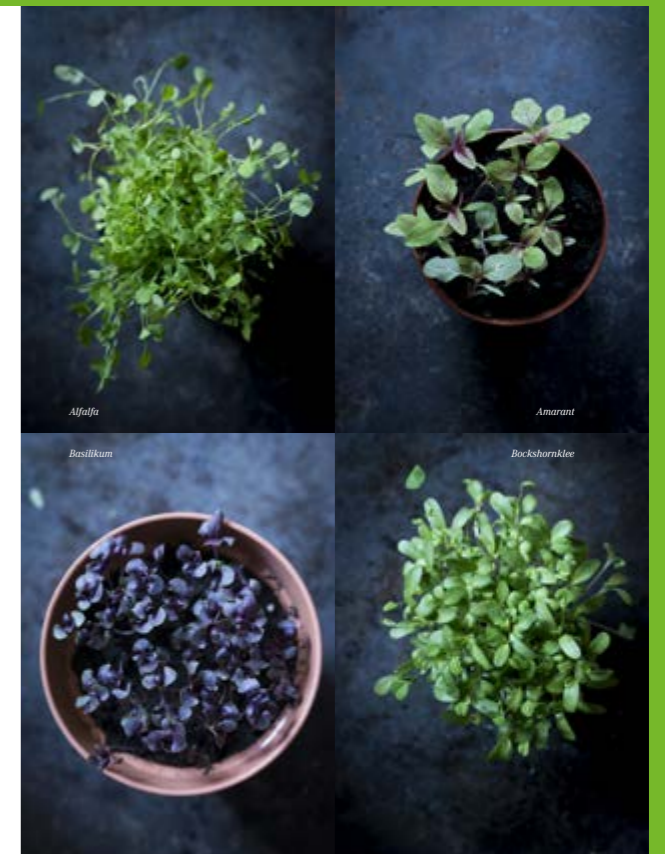
Etwa 3-4 Wochen bei 15-20 Grad

### Amarant

Amarant ist ein uraltes Pseudogetreide und gehört botanisch zur Familie der Fuchschwanzgewächse. Kultiviert wird Amarant schon seit 9000 Jahren. Samen und Blätter zählen zu den Grundnahrungsmitteln der Inkas und Azteken. In Antike und Mittelalter wurden die Pflanze magische Eigenschaften zugesprochen. Folgerichtig bedeutet das griechische *samaranthos* so viel wie *eder*, der nicht vergeht/nicht verblüht.

### Inhaltsstoffe und gesundheitliche Wirkung

Amarant steckt voller Nähr- und Vitalstoffe, ist ballaststoff- und sehr eiweißreich. Ein hoher Anteil der Proteine sind essentielle Aminosäuren. Zudem glänzt die Pflanze durch einen hohen Gehalt an Calcium, Magnesium, Eisen und Zink. Amarant werden blutbildende, blutstillende, blutreinigende und entzündungshemmende Eigenschaften zugesprochen. Er wird Schwangeren empfohlen und hilft bei Menstruationsbeschwerden. Die Pflanze enthält allerdings Gerbstoffe, die die Aufnahme und Verdauung von Vitaminen, Proteinen und Spurenelementen hemmen können. Zudem ist sie reich an Oxalsäure, weshalb Menschen, die zu oxalhaltigen





Gesund und fit mit jungen Pflanzenblättern

Abwechslungsreiche Rezepte, Informationen zum Anbau, Sortenporträts

In den USA kennt und liebt man sie, bei uns sind sie einer der neusten Trends in der Küche: Micro Greens oder Micro Leaves, die ganz jungen, ersten kleinen Blätter von Brokkoli, Rettich, Kresse, Mizuna, Grünkohl und einer Vielzahl anderer Gemüse. Die Powerpflänzchen, die voller Vitalstoffe stecken, findet man zum Teil auf Bauernmärkten, man kann sie aber auch ganz einfach selber ziehen. Sie wachsen unkompliziert auf der Fensterbank oder dem Balkon. Ein paar Blumentöpfe, Erde oder Substrat und das richtige Saatgut genügen. Geerntet werden die ersten »echten« Blätter, die kurze Zeit nach den Keimblättern wachsen. Wie abwechslungsreich, vielfältig und schmackhaft sie die Küche bereichern, zeigen die Rezepte – von bunten Salaten, Wraps und Sandwiches über aromatische Suppen, Pasta- und Risottogerichte bis zu Smoothies und der überraschenden Verwendung in süßen Speisen. Mit allen praktischen Informationen zum Anbau und 25 Sortenporträts von Amaranth bis Weizen.



**Manuela Rüther**

kochte nach dem Abitur in verschiedenen Sterneküchen. Seit 2008 freischaffende Fotografin und Autorin. Ihre Bilder, Geschichten und Rezepte, die zahlreiche Auszeichnungen erhalten haben, erscheinen regelmäßig in Magazinen und Büchern sowie in ihrem Blog.



**Bitter - der vergessene Geschmack**  
€ 29,95 (D)/€ 30,80 (A)/Fr. 35.90  
ISBN 978-3-03800-924-5



Manuela Rüther  
**Micro Greens - Micro Leaves**  
Grüne Power aus dem Küchengarten  
Anbau, Sorten, Rezepte

152 Seiten, Format 19,5 x 26,5 cm  
Über 100 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: Januar 2017  
Ca. € 24,- (D)/€ 25,- (A)/Fr. 29.-  
ISBN 978-3-03800-948-1



# Pickles, Kimchi, Fermentiertes und mehr



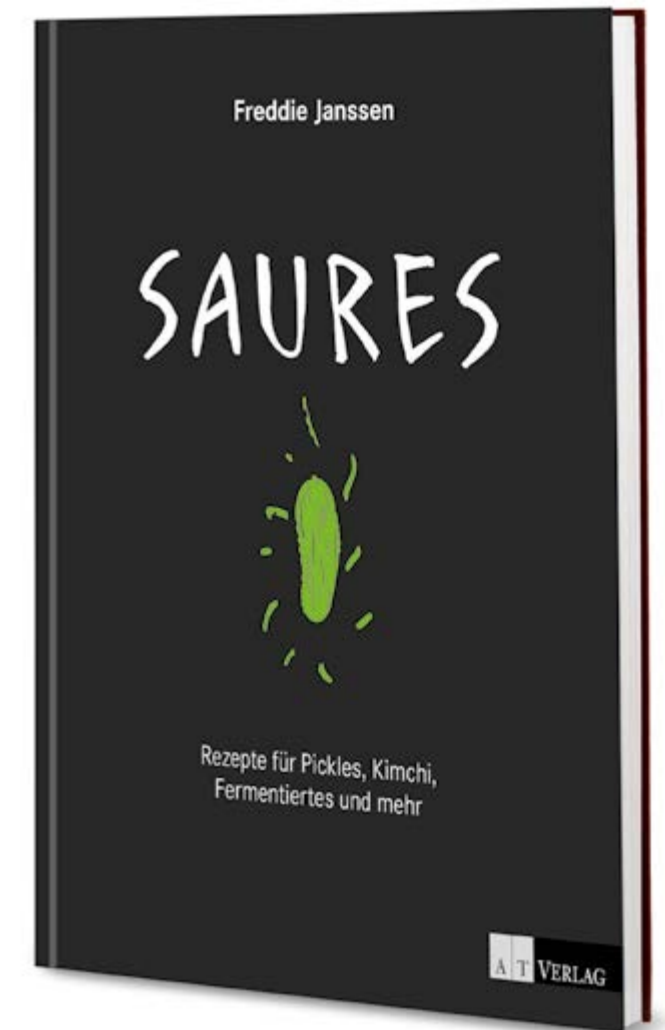
60 Rezepte für pikante, saure, würzige  
Leckereien

Unkompliziert, experimentierfreudig  
und innovativ

Einlegen und Fermentieren auf frische, innovative und unkomplizierte Art. Freddie Janssen, ein erklärter Foodie und Fan von allem, was sauer eingelegt ist, präsentiert über 60 Rezepte für pikante, saure und würzige Leckereien, die jeder Mahlzeit den ultimativen Kick geben. Von schnellen »Quickles« – Quick Pickles, die schon nach wenigen Stunden genussbereit sind – bis zu klassisch milchsauer eingelegtem, also fermentiertem Gemüse, für das man sich einige Monate gedulden muss. Bekanntes wie Sauerkraut, Ketchup oder das aktuell angesagte Kimchi erhalten hausgemacht ihre ganz besondere Note. Und Experimentierfreudige punkten mit außergewöhnlichen Spezialitäten wie mexikanisch angehauchten Chipotle-Eiern, eingelegter Szechuan-Wassermelone, köstlichen Wasabi-Beten oder einem süffigen Pickletini als Aperitif.

#### Freddie Janssen

In Holland aufgewachsen, lebt seit 2008 in London. Gründerin eines Pop-up-Cafés und Supper Clubs. Beliefert Restaurants und Geschäfte in ganz London mit ihren Pickles, Kimchis und Saucen und verkauft diese auf diversen angesagten Londoner Food-Märkten.



Mary Karlin  
**Das große Buch vom Fermentieren**  
€ 26,95 (D)/€ 27,80 (A)/Fr. 32.90  
ISBN 978-3-03800-877-4

Freddie Janssen  
**Saures**  
Rezepte für Pickles, Kimchi,  
Fermentiertes und mehr

Fotos: Helen Cathcart  
Illustrationen: Melina Bucholz  
144 Seiten, Format 19 x 23 cm  
75 Fotos, 33 Illustrationen  
Gebunden  
Auslieferung: Januar 2017  
Ca. € 20,- (D)/€ 21,- (A)/Fr. 24,-  
ISBN 978-3-03800-947-4





# Food Truck Kitchen – Originalrezepte und Geschichten



## Internationale Küche auf vier Rädern

### Über 50 Rezepte ausgewählter Schweizer Food Trucks

Food Trucks begeistern die Menschen auf der ganzen Welt. Die rollenden Küchen bringen internationale, mit Stolz und Leidenschaft gekochte Gerichte da hin, wo das Essen am besten schmeckt: unter freiem Himmel direkt zu den Menschen. Ob Pakoras, vegane Cevapcici, Churros oder Pulled Pork Burger – Food Trucks verkaufen eine Vielfalt an Köstlichkeiten für alle, die gutes, unkompliziertes Essen aus der Hand lieben.

So verschieden wie die mit viel Aufwand umgebauten, liebevoll dekorierten Trucks sind auch die Biografien ihrer Macher. Oft Quereinsteiger, die einen gut bezahlten Job an den Nagel gehängt und Sicherheit gegen Abenteuer eingetauscht haben. Mit ihrem Mut und ihrer Leidenschaft sind sie Pioniere einer neuen, dynamischen und völkerverbindenden Esskultur.

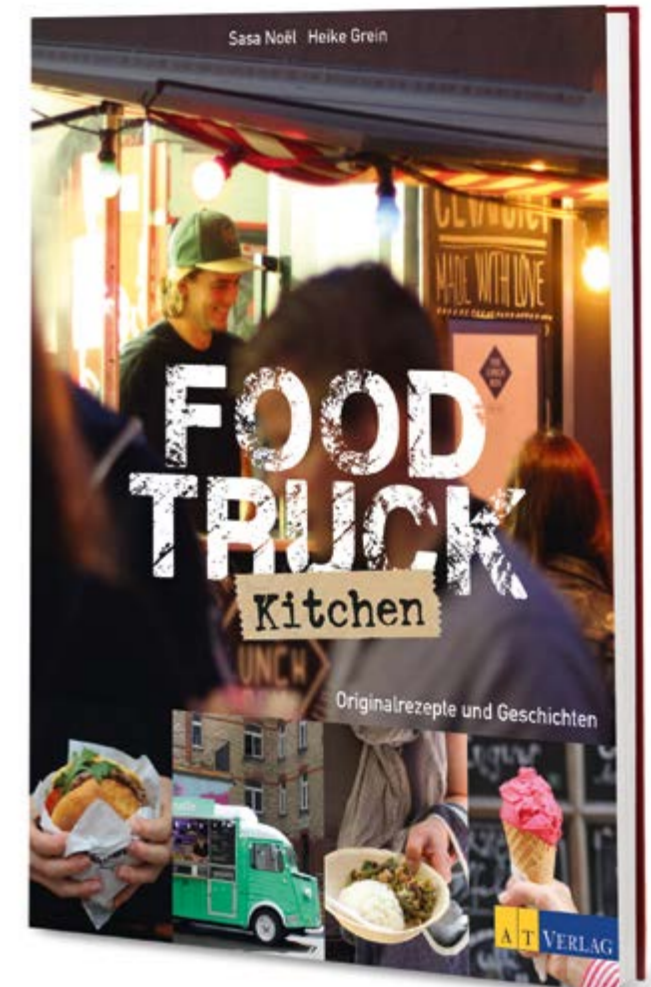
Eine Hommage an die schönen Trucks, ihre mutigen Betreiber und eine weltoffene Lebensart.

#### Sasa Noël

Grafikdesignerin, Fotografin und Stylistin. Ausgebildete Kunst- und Tanzpädagogin. Zahlreiche Ausstellungen mit eigenen Kunstprojekten. Mutter von zwei Kindern.

#### Heike Grein

Grafikdesignerin, Fotografin und Illustratorin, Ausbildung in Zürich und London. Kochprojekte und Lunch-Events. Autorin von Kurzgeschichten. Lebt mit Mann und zwei Kindern bei Zürich.



Sasa Noël  
Heike Grein

#### Food Truck Kitchen

Originalrezepte und Geschichten

Ca. 160 Seiten, Format 18 x 24 cm

Über 100 Fotos

Gebunden

Auslieferung: Februar 2017

Ca. € 28,- (D)/€ 29,- (A)/Fr. 34,-

ISBN 978-3-03800-944-3



9 783038 009443

Supergesund,  
supergut,  
im Nu  
zubereitet



Basenbetonte Ernährung  
für Gesundheit und Vitalität

Ohne Gluten, ohne Kuhmilch,  
ohne raffinierten Zucker

Nach ihren erfolgreichen Büchern »Vegetarisch basisch gut«, »Vegetarisch basisch gut für jeden Tag« und »Detox basisch vegetarisch« ist das neue Buch von Natasha Corrett ganz der schnellen und unkomplizierten Küche gewidmet. Ein ausgeglichener Säure-Basen-Haushalt dank basenbetonter Ernährung ist die beste Grundlage für Gesundheit, Schlankheit und Vitalität. Und sie lässt sich ganz einfach umsetzen, auch für alle, die wenig Zeit zum Kochen haben. 100 vegetarisch-basische Rezepte zeigen, wie sich im Nu supergesunde und zugleich schmackhafte Gerichte zubereiten lassen. Mit vielen praktischen Ideen und Tipps zum cleveren Vorkochen, zur zeitsparenden Vorbereitung und für Mahlzeiten zum Mitnehmen. Dazu Basisrezepte für einige Grundzutaten als praktischer Vorrat für die schnelle Küche. Alle Rezepte sind glutenfrei, ohne Kuhmilch und ohne raffinierten Zucker.

**Natascha Corrett**

ist ausgebildete Köchin, spezialisiert auf basische Ernährung. Sie bildet Profiköche in basischer Ernährung aus, betreibt in Großbritannien einen Heimplieferservice für maßgeschneiderte basische Gerichte und schreibt für verschiedene Magazine und Online-Medien.



**Vegetarisch basisch gut**  
5. Auflage, 2015  
€ 26,90 (D)/€ 27,70 (A)/Fr. 32,90  
ISBN 978-3-03800-702-9



**Detox basisch vegetarisch**  
€ 24,95 (D)/€ 25,70 (A)/Fr. 29,90  
ISBN 978-3-03800-869-9

Natascha Corrett  
**Vegetarisch basisch gut für Eilige**  
Über 100 neue schnelle Rezepte

Fotos: Lisa Linder  
224 Seiten, Format 18,9 x 24,6 cm  
187 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: Januar 2017  
Ca. € 28,- (D)/€ 29,- (A)/Fr. 34,-  
ISBN 978-3-03800-954-2



# Die sensationelle Neuentdeckung: Eischnee ohne Eier



Luftig-leichter Eischnee aus Hülsenfrüchtewasser  
Basiswissen und 80 vegane Rezepte, süß und pikant  
Das erste Buch zum Thema in deutscher Sprache

Pflanzlicher Eischnee, gewonnen aus dem simplen Kochwasser von Kichererbsen, Bohnen oder anderen Hülsenfrüchten. Was man sonst achtlos wegschüttet, entpuppt sich als sensationelle Neuentdeckung. Erstmals zeigt dieses Kochbuch umfassend und in 80 Rezepten, auf welcher vielfältigen Art sich das fabelhafte Aquafaba zum Kochen und Backen verwenden lässt: Es kann Eiweiß hundertprozentig ersetzen, um luftige Mousse, zartes Baiser oder delikate Macarons herzustellen, dient als pflanzliches Binde- und Andickmittel, als Emulgator, Konsistenz- und Volumengeber. Es verleiht Kuchen und Torten Textur und Fülle, macht Waffeln, Crêpes und Quiches luftig, gibt Burgern zarten Biss, bis hin zu selbst gemachtem laktosefreiem Käse, Eiscreme, Butter und Mayonnaise. Hundertprozentig natürlich, nicht industriell verarbeitet und ohne jegliche Zusatzstoffe, eröffnet Aquafaba der veganen Küche neue Dimensionen und ist ebenso interessant für alle, die sich für innovative Produkte und Küchentechniken interessieren.

#### Zsu Dever

Stammt aus einer Familie von Köchen und Restaurantbetreibern. Sie ist Bloggerin, Fotografin und Autorin zu Themen der veganen Küche und gibt Kochkurse. Mutter von drei Teenagern, lebt in San Diego, Kalifornien.



Zsu Dever

**Vegane Rezepte mit Aquafaba**  
Eischnee ohne Eier – leicht gemacht  
aus Hülsenfrüchtewasser

Ca. 180 Seiten, Format 19 x 23 cm  
58 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: Februar 2017  
Ca. € 24,- (D)/€ 25,- (A)/Fr. 29,-  
ISBN 978-3-03800-965-8



9 783038 009658



# Ein ganzheitliches Ernährungskonzept für Mutter, Baby und Kleinkind



Basiswissen und über 80 vegane Rezepte für eine ausgewogene Ernährung

Mit Beiträgen von drei Fachärzten zur medizinischen Unbedenklichkeit

Vegane Ernährung ist bereits ab der Schwangerschaft und auch für Kleinkinder problemlos möglich. Viel Gemüse, Früchte, Nüsse, Hülsenfrüchte und Vollkornprodukte in der täglichen Ernährung versorgen den kleinen Körper mit allen wichtigen Nährstoffen. Um gesundheitliche Risiken auszuschließen, braucht es ein fundiertes Ernährungswissen, den Einbezug von Ernährungsexperten und die Nahrungsergänzung mit Vitamin B12. Die Grundlagen dazu liefert dieses Buch. Die 80 Rezepte sind ausgewogen, biologisch besonders hochwertig und lassen sich ohne Fertigprodukte mit wenig Zeitaufwand zubereiten. Beginnend mit der idealen Ernährung bei Kinderwunsch, in der Schwangerschaft und Stillzeit über Breikost und feste Nahrung bis zum dritten Lebensjahr. Mit wertvollen Beiträgen von drei fachlich ausgewiesenen Ärzten und Ärztinnen sowie vielen praktischen Tipps und Hinweisen zur Umsetzung im Alltag. Lauren Wildbolz lebt seit ihrem vierzehnten Lebensjahr fleischlos und ernährt sich heute mit ihrem Ehemann und ihrer dreijährigen Tochter vegan.

### Lauren Wildbolz

Unternehmerin, Food-Aktivistin, Künstlerin, Kochbuchautorin und mit der 2010 eröffneten »vegan kitchen and bakery« eine der Pionierinnen der veganen Ernährung in der Schweiz. Veranstalterin veganer Kochkurse, Bloggerin und Betreiberin eines Catering-Unternehmens.



Lauren Wildbolz  
**Vegan Love**  
Kochbuch und Ratgeber für Schwangerschaft, Stillzeit, Baby und Kleinkind

Fotos: Veronika Studer und Andrea Diglas  
Ca. 200 Seiten, Format 19,5 x 26,5 cm  
Ca. 100 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: März 2017  
Ca. € 26,- (D)/€ 27,- (A)/Fr. 32,-  
ISBN 978-3-03800-921-4





# Rezepte für Gesundheit, Ausgeglichenheit und innere Harmonie



Ernährung im Einklang mit  
den fünf chinesischen Jahreszeiten

Reinigen, entlasten und vorbeugen  
– Rezepte und Gesundheitstipps

Nach ihrem erfolgreichen Buch »Kraftsuppen« legt Karola Bettina Schneider mit einem umfassenden Kochbuch für die fünf chinesischen Jahreszeiten nach.  
Die Ernährung im Einklang mit den Jahreszeiten ist nach der Chinesischen Heilkunde entscheidend für Gesundheit, Vitalität, Wohlbefinden und ein starkes Immunsystem. Von besonderer Bedeutung sind dabei die Übergangsphasen zwischen den Jahreszeiten, die Dojozeit von viermal achtzehn Tagen als fünfte Jahreszeit. Spezielle Kuren mit Heiltees und einfachen Gerichten wirken dann reinigend, entlastend und vorbeugend, sie geben Kraft, stärken das Immunsystem und erleichtern die Umstellung. Und auch für vier Jahreszeiten selbst sind die Rezepte sorgfältig nach den Erfordernissen der Jahreszeit ausgerichtet.  
140 einfache, bekömmliche und rundum stärkende Rezepte für ein kraftvolles, gesundes Jahr. Mit vielen praktischen Tipps und Anregungen für Gesundheit, Ausgeglichenheit und innere Harmonie.

**Karola Bettina Schneider**  
Dozentin, Autorin und Heilpraktikerin mit eigener Praxis für Chinesische Medizin mit Schwerpunkt Ernährung, Akupunktur und Kräutertherapie. Sie gibt Seminare zu den Themen Ernährung, bewusstes Leben und Meditation.



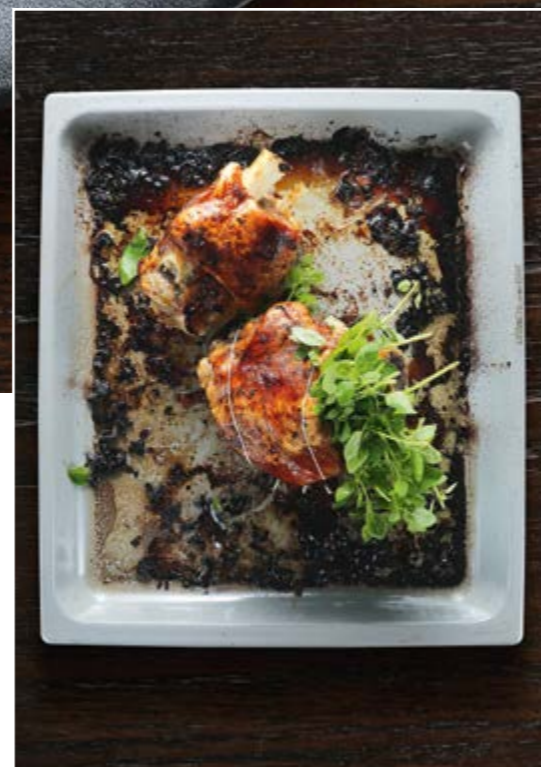
Karola Bettina Schneider  
**Kraftzeiten nach  
der Chinesischen Heilkunde**  
140 einfach-originelle Kochrezepte  
zur Stärkung, Reinigung  
und für inneres Gleichgewicht

Fotos: Alexandra Schubert  
Ca. 250 Seiten, Format 18,5 x 24,5 cm  
Ca. 70 Fotos und Illustrationen  
Gebunden  
Auslieferung: März 2017  
Ca. € 28,- (D)/€ 29,- (A)/Fr. 34,-  
ISBN 978-3-03800-946-7





# Das visionäre Buch von Jürgen Dollase, Deutschlands einflussreichstem Gastrokritiker



Ein innovatives Küchenkonzept:  
Klarheit, Produktnähe und neue  
Sinnlichkeit

Über 50 Rezepte und neue Ideen  
für die Küche von morgen

Wir brauchen eine neue Küche: mehr Achtung vor den Produkten, mehr Präzision im Umgang mit ihnen und eine neue kulinarische Sensibilität. Im dritten Band seiner viel beachteten Trilogie setzt sich Jürgen Dollase kritisch mit aktuellen Themen wie Überwürzung und Denaturierung von Produkten, Überernährung, mangelnde Resteverwertung und Industrialisierung des Geschmacks auseinander. Daraus ergibt sich ein innovatives, ganzheitliches Küchenkonzept: ein anderer Umgang mit den kulinarischen Ressourcen, geprägt von Sorgfalt, Klarheit und gleichzeitig faszinierender Modernität und Sinnlichkeit. Diesen radikal neuen, sensorisch durchdachten Ansatz führt er in über 50 Rezepten vor, etwa einer »Tomatensuppe ohne Zutaten«, einem »Ragout von Kerngehäusen mit gerösteten Kernen, Frischkäse und Rosinen« oder einem »Huhn mit Huhn«. Außerdem zeigt er, wie das Konzept auf Gastronomie und Handel übertragbar ist.

#### Jürgen Dollase

studierte Kunst, Musik und Philosophie, war von 1970 bis 1983 professioneller Rockmusiker, danach als Autor und Produzent tätig, mit zunehmendem Interesse am Kochen. Seit 1999 Arbeit für die »F.A.Z.«, später auch »F.A.S.«, »Feinschmecker«, »Port Culinare« und »Fine – European Wine Magazine«. Autor zahlreicher Bücher zu kulinarischen Themen.



Jürgen Dollase  
**Pur, präzise, sinnlich**  
Ganzheitlicher Genuss – die Zukunft  
des Essens  
Mit über 50 Rezepten

Fotos: Thomas Ruhl  
Ca. 300 Seiten, Format 18 x 26,5 cm  
Ca. 70 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: April 2017  
Ca. € 39,90 (D)/€ 41,- (A)/Fr. 49.90  
ISBN 978-3-03800-932-0



**Himmel und Erde**  
3. Auflage, 2015  
€ 39,90 (D)/€ 41,- (A)/Fr. 49.90  
ISBN 978-3-03800-814-9



**Kopf und Küche**  
€ 39,90 (D)/€ 41,- (A)/Fr. 49.90  
ISBN 978-3-03800-875-0



# Frühjahrspaket Essbare Wildpflanzen



AUCH ALS  
E-Book



AUCH ALS  
E-Book



Expl.		VK €	VK Fr.	ISBN
5	Essbare Wildpflanzen	17,90	21,90	978-3-03800-886-6
3	Essbare Wildpflanzen einfach bestimmen	17,95	21,90	978-3-03800-912-2
1	Enzyklopädie Essbare Wildpflanzen	59,90	72,00	978-3-03800-752-4
2	Wildpflanzensalate	17,95	21,90	978-3-03800-914-6
1	Meine wilde Pflanzenküche	39,90	49,90	978-3-03800-552-0

**Verkaufswert, brutto** € 279,05 **Fr. 340,90**  
**Ihr Einkaufspreis, netto, 45% Rabatt, ohne MwSt.** € 143,44 **Fr. 182,92**

**Oder stellen Sie Ihr individuell ihr eigenes Paket zusammen!  
 Fragen Sie Ihren Vertreter.**

Brockhaus Aktionspaket Nr. 90061

**Aktionskonditionen  
 45% Rabatt  
 plus volles RR**



# Der neuartige Pflanzen-Bestimmungsführer für jedermann

# Vom Erfolgsautor Steffen Guido Fleischhauer und seinem Team

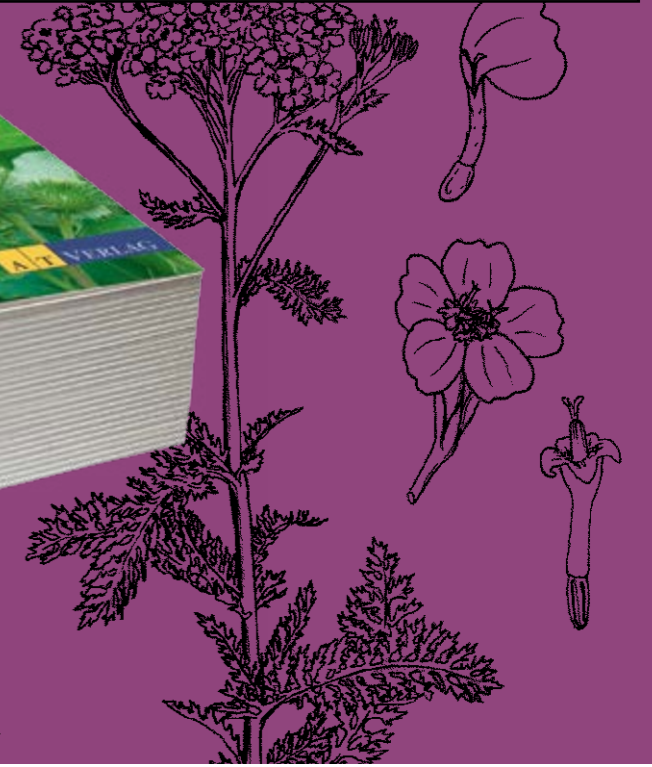
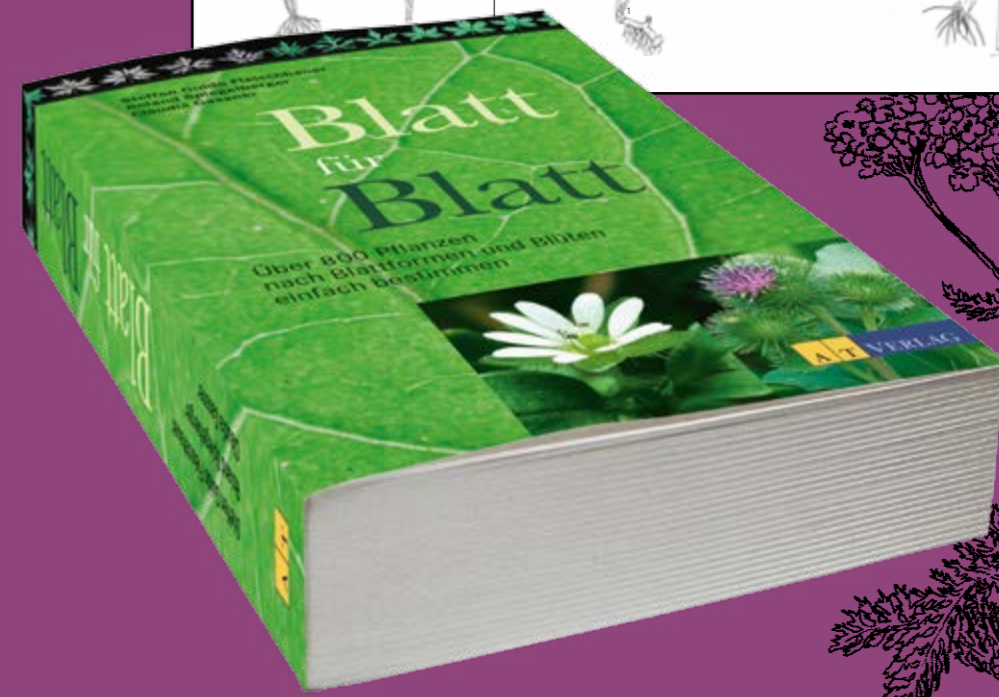


**721** ☼☼☼ *Trollius europaeus*, Ranunculaceae  
**Europäische Trollblume**  
mehrfährige Staude | 5-6 | 0,6 m  
In feuchten, nassen oder moorigen Wiesen auf meist lehmigen Böden, überwiegend in höheren Lagen. ☼ Echtes Mädesüß (744), Gewöhnlicher Teufelsabbiss (643), Niedrige Schwarzwurzel (078)  
☼ Stängel von aufrechten, meist unverzweigtem Wuchs. ☼ Obere Stängelblätter meist dreiteilig, am Stängel sitzend, wechselständig angeordnet. ☼ Grundblätter und untere Stängelblätter lang gestielt (a), bis an die Basis handförmig in 5 Lappen geteilt (b). ☼ Blättchen bis über die Mitte in drei Abschnitte geteilt, kahl. ☼ Blattabschnitte spitz gezähnt. ☼ Gelbe Blüten, meist einzeln, endständig am Stängel angeordnet, bis 5 cm im Durchmesser. ☼ 10-15 Blütenhüllblätter, die sich kegelförmig zusammenneigen. ☼ Im Inneren der Blütenhülle 4-19 längliche, oben löffelförmige gelbe Nektarblätter (a) und zahlreiche Staubblätter (b). ☼ Frucht mehrsamig, geschwabelt.

**722** ☼ *Anemone ranunculoides*, Ranunculaceae  
**Gelbes Windröschen**  
mehrfährig | 4-5 | 0,3 m  
In Auenwäldern und in nährstoff- und krautreichen, feuchten Laubmischwäldern. ☼ Moschuskraut (699), Hohler Lerchensporn (739), Knöllchen-Scharbockkraut (697), Vierblättrige Einbeere (213)  
☼ Der waagrecht angeordnete Wurzelstock mit schuppenförmigen Blättern besetzt. ☼ 2 Blätter bis zum Grund dreiteilig (a) und im Unterscheid zum Buschwindröschen (*Anemone nemorosa*) nur weniger als 1 cm gestielt (b). ☼ 1-2 (selten 3) gelbe Blüten dicht im oberen Viertel angeordneten Blattkranz entspringend. ☼ Die Blüte mit 5 Hüllblättern (a) und vielen gelben Staubblättern (b). ☼ 5 kleine Früchte ähnlich dem Buschwindröschen dicht mit kurzen, borstigen Haaren besetzt.

**723** ☼ *Ranunculus acris*, Ranunculaceae  
**Scharfer Hahnenfuß**  
mehrfährige Staude | 5-8 | 1 m  
In nährstoffreichen Wiesen und Weiden. ☼ Wiesen-Kerbel (823), Gewöhnlicher Bärenklau (799), Wiesen-Kalbharthe (176)  
☼ Stängel aufrecht und reich verzweigt. ☼ 2 Obere Stängelblätter sitzend und wechselständig am Stängel angeordnet (a), bis zum Grunde geteilt (b). ☼ 3 Untere Blätter lang gestielt, tief handförmig in 3-5(-7) Abschnitte geteilt. ☼ Die einzelnen Blattlappen aus länglichen Abschnitten gebildet. Form und Stärke der Blattlappen und Abschnitte variiert je nach Unterart. ☼ Blütenstand durch eine dichte Traube von belohnförmigen Blüten gebildet. ☼ Im Inneren des Blütenhelms neben zahlreichen Staubblättern (a) 2 lang gestielte Honigblätter (b). ☼ Stiele der Honigblätter getrimmt. ☼ Als Frucht mehrsamige Balgfrüchte. ☼ Same etwa 0,4 mm groß, glänzend schwarz und annähernd dreieckig. ☼ 10 Same an den Kanten schwach geflügelt.

**724** ☼☼☼☼ *Aconitum napellus*, Ranunculaceae  
**Blauer Eisenhut**  
mehrfährig | 6-8 | 1,5 m  
Auf nährstoffreichen und kühl-nassen Standorten in montanen Auenwäldern und in Hochtaunusfluren an Bächen und Quellen. ☼ Rauhaariger Kalberkopf (825), Wald-Storchschnabel (728), Eisenhut-Hahnenfuß (729)  
☼ Wurzel rübenartig verdickt. ☼ Pflanze mit aufrechtem, kräftigem Stängel. ☼ 3 Blätter annähernd bis zum Blattgrund in 5-7 Blattlappen geteilt. ☼ Die einzelnen Blattlappen aus länglichen Abschnitten gebildet. Form und Stärke der Blattlappen und Abschnitte variiert je nach Unterart. ☼ Blütenstand durch eine dichte Traube von belohnförmigen Blüten gebildet. ☼ Im Inneren des Blütenhelms neben zahlreichen Staubblättern (a) 2 lang gestielte Honigblätter (b). ☼ Stiele der Honigblätter getrimmt. ☼ Als Frucht mehrsamige Balgfrüchte. ☼ Same etwa 0,4 mm groß, glänzend schwarz und annähernd dreieckig. ☼ 10 Same an den Kanten schwach geflügelt.



# Ihr idealer Begleiter für den nächsten Spaziergang und die erste Frühjahrswanderung



Über 800 mitteleuropäische Pflanzen nach Blattformen und Blüten einfach bestimmen

Anschauliche Pflanzenfotos, Detailaufnahmen, präzise wissenschaftliche Zeichnungen

Pflanzen blühen oft nur kurze Zeit, Blätter tragen sie aber fast während der ganzen Vegetationszeit. Daher liegt diesem Bestimmungsführer die Blattform als Ordnungsprinzip zugrunde. Auf einfachste Art wird der Benutzer so zur richtigen Pflanzenbeschreibung geführt. Ergänzt durch eine zusätzliche Bildübersicht nach Blütenfarben und -formen.

Mit über 800 Arten stellt das Buch umfassend die wichtigsten Blütenpflanzen, Farne, Schachtelhalme, Gräser und Zwerggehölze Mitteleuropas in 1100 Farbfotos, 2000 wissenschaftlichen Zeichnungen und beschreibenden Texten vor. Genaue Angaben zu Standort, häufigen Nachbarpflanzen und Namenssynonymen ergänzen die botanische Beschreibung. Einfache Symbole geben Aufschluss über Giftigkeit, Verbreitung, Schutzstatus und Verwendung als Arznei-, Gewürz- oder Speisepflanze.

#### Steffen Guido Fleischhauer

Diplom-Ingenieur für Landschaftsplanung, FH Weihenstephan. Lehrtätigkeit an Universitäten und Hochschulen in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Herausgeber des »Wildpflanzen-Magazins«.

#### Roland Spiegelberger

Diplom-Ingenieur für Landschaftsarchitektur und Umweltplanung, FH Höxter. Arbeitet seit 2009 freiberuflich als Biotop-Kartierer.

#### Claudia Gassner

Beschäftigt sich seit vielen Jahren mit Wildpflanzen und Pflanzenillustrationen, u. a. für Ausstellungen, umweltpädagogische Projekte und Buchpublikationen.



#### TITELAKTION

Blatt für Blatt  
11/10 Exemplare  
plus 1 kostenloses Ansichtsexemplar  
plus 1 Streifenplakat  
plus 1 Samentüte Wildblumenmischung



Steffen Guido Fleischhauer  
Roland Spiegelberger  
Claudia Gassner

**Blatt für Blatt**  
Über 800 Pflanzen nach Blattformen und Blüten einfach bestimmen

Ca. 450 Seiten, Format 14,5 x 23 cm  
Über 1100 Fotos  
Broschur mit Klappen  
Auslieferung: März 2017  
Ca. € 22,- (D)/€ 23,- (A) /Fr. 26.-  
ISBN 978-3-03800-964-1



# Der Garten als Lebensraum für Insekten, Vögel und andere Tiere



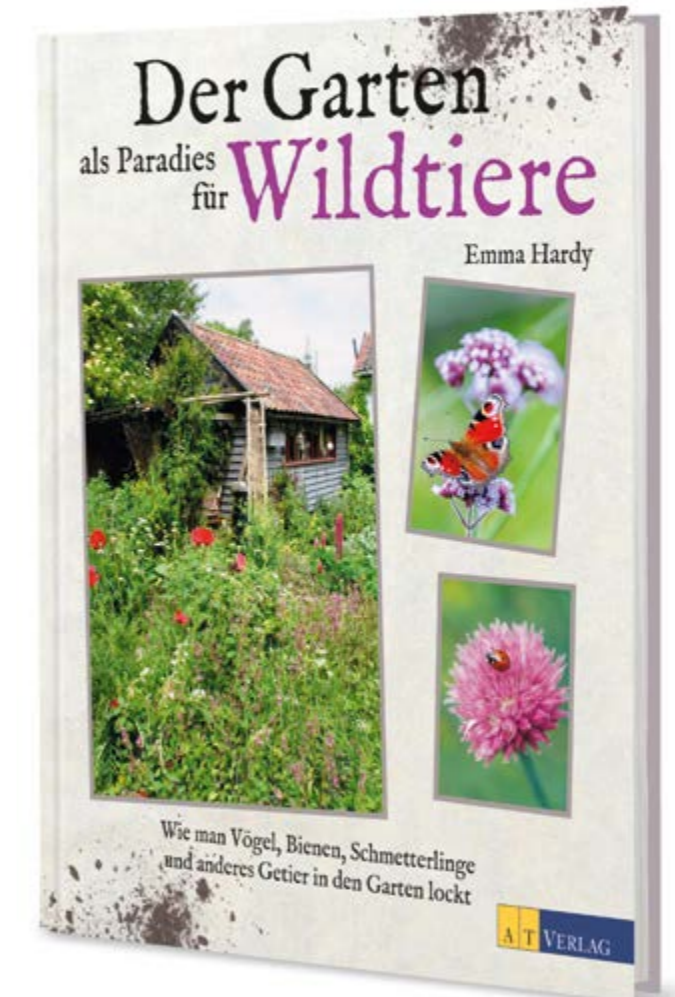
Botanisches Basiswissen, praktische Anleitungen, einfache Tipps

Für größere Artenvielfalt auch in Stadtgärten und auf dem Balkon

Naturnah und ökologisch Gärtnern liegt im Trend. Bienen, Schmetterlinge, Igel und Wildblumenwiesen sind auf dem Rückzug. Deshalb ist es umso wichtiger, der ursprünglichen, wilden Natur und ihren Bewohnern im Garten einen Lebensraum zu bieten. Und das geht ganz einfach. Einen Teich anlegen, ohne dafür ein Loch zu graben, ein Insektenhotel bauen, Futterstellen für Vögel bereitstellen, bienen- und schmetterlingsfreundliche Blumen anbauen, Samenbomben mit Wildblumen verteilen – dazu und zu vielem mehr liefert dieses Buch eine Menge praktischer Vorschläge, botanisches Basiswissen und viele einfache Tipps und Techniken. Egal wie groß die verfügbare Fläche ist, selbst auf dem Balkon oder im kleinsten Stadtgarten lässt sich so eine lebendige grüne Oase gestalten.

## Emma Hardy

Leidenschaftliche Gärtnerin mit fundierter Ausbildung. Sie hat seit Jahren Gärten geplant, entwickelt und selbst bestellt. Autorin mehrerer Bücher zum Gärtnern. Sie lebt mit ihrer Familie im Süden von London.



Emma Hardy  
**Der Garten als Paradies für Wildtiere**

Wie man Vögel, Bienen, Schmetterlinge und anderes Getier in den Garten lockt

144 Seiten, Format 19 x 23,5 cm  
200 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: Januar 2017  
€ 20,- (D)/€ 21,- (A)/Fr. 24,-  
ISBN 978-3-03800-940-5



9 783038 009405

# Heimische Bäume in Hausapotheke und Küche



80 Heilrezepte aus der Baumheilkunde  
180 Kochrezepte von herzhaft bis süß  
Porträts von 28 Baumarten,  
mit erstklassigen Fotos

Bäume begleiten den Menschen seit jeher. Sie dienen ihm nicht nur als Bau- und Brennmaterial, sondern auch als Nahrungslieferanten und Spender von hilfreicher Medizin. Früher war es selbstverständlich, sich von wilden Baumzutaten zu ernähren und sie für Heilmittel aller Art zu verwenden. Auch heute noch können sie auf vielfältige Art Gesundheit und Wohlbefinden spenden und die Küche bereichern. Als Baum- und Heilkundekennerin zeigt Karin Greiner, welche Schätze die heimischen Baumarten von A wie Apfel bis Z wie Zirbe zu bieten haben. Von traditionell schlichten bis zu raffiniert innovativen Rezepten, von Eichelkaffee und Mehlbeerbrot über Mispellikör und Vogelbeer-Balsamico bis zu Nelkenkirschküchlein und Pappel-Frittelle. Dazu viele alte, bewährte Heilrezepturen aus der Baumheilkunde wie Lindenblütentee, Lärchenharzsalbe oder Weißdortinktur, die sich die Kraft der Bäume zunutze machen.

#### Karin Greiner

Diplom-Biologin, Dozentin für Kräuterpädagogik und Volksheilkunde, langjährige Pflanzenexpertin beim Bayerischen Rundfunk, Autorin zahlreicher Bücher zu Natur- und Gartenthemen und begeisterte Köchin.



Susanne Fischer-Rizzi  
**Das große Buch der Pflanzenwässer**  
2. Auflage, 2016  
€ 39,90 (D)/€ 41,10 (A)/Fr. 49.90  
ISBN 978-3-03800-699-2

Karin Greiner  
**Bäume - in Heilkunde und Küche**  
80 Rezepturen für Wohlbefinden  
und Hausapotheke  
180 Rezepte von herzhaft bis süß

Fotos: Martina Weise  
Ca. 240 Seiten, Format 21 x 28 cm  
Ca. 150 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: März 2017  
Ca. € 28,- (D)/€ 29,- (A)/Fr. 34,-  
ISBN 978-3-03800-910-8





# Löwenzahn, der Alleskönner unter den Heilpflanzen



Anpassungsfähig, stark, vielseitig und heilkräftig: der Löwenzahn  
50 Heil-, Schönheits- und Genussrezepte

Der Löwenzahn ist ein wahres Kraftpaket und ein Alleskönner unter den Pflanzen. Als großer Heiler kommt er in der alten Volksmedizin unter anderem für Zähne, Augen, Gehirn, Leber, Verdauung und Haut zum Einsatz. Seine Heilkraft ist viel mächtiger und umfassender als heutzutage bekannt. Sie reicht bis tief in unbewusste Bereiche, vermag Blockaden zu lösen und sowohl Körper wie Seele mit ihrer Sonnenkraft zu durchstrahlen. Der Löwenzahn scheint sich überall dort zu verbreiten, wo er für Tier und Mensch, Leib und Seele, Boden und Umwelt besonders gefordert und segensreich ist: Er hilft bei Infektionskrankheiten, den Folgen von Stress und Umweltgiften und ist damit eine besonders gefragte Pflanze für unsere Zeit. 50 Heil-, Schönheits- und Genussrezepte und viele Anwendungen zeigen, wie unglaublich vielseitig diese Heil-, Nahrungs- und Überlebenspflanze ist.

### Marianne Ruoff

Dr. med., Fachärztin für Allgemeinmedizin, Akupunktur, Traditionelle Chinesische Kräutermedizin und Phytotherapie, seit 1996 in eigener Praxis in Bern, Wildnispädagogin. Vorträge und Seminare zu Heilkräutern und oft unterwegs mit der Fotokamera in ihrer Heimat, der Schwäbischen Alb, den Schweizer Alpen oder der grönländischen Tundra.



Marianne Ruoff  
**Löwenzahn und Löwenkraft**  
Das Porträt einer starken Heilpflanze  
Mit vielen Anwendungen  
und Rezepturen

Ca. 144 Seiten, Format 15,5 x 23 cm  
Ca. 50 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: Februar 2017  
Ca. € 20,- (D)/€ 21,- (A)/Fr. 24,-  
ISBN 978-3-03800-960-3



AUCH ALS  
E-Book



Johannes Wilkens  
**Die Heilkraft der Christrose**  
2. Auflage, 2016  
€ 19,90 (D)/€ 20,50 (A)/Fr. 23,90  
ISBN 978-3-03800-831-6

# Gesundheit und Vitalität mit Mikronährstoffen

Welche Funktion haben Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente im Körper? Wie hoch ist der tägliche Bedarf, und welche Nahrungsmittel enthalten besonders viel der benötigten Vitalstoffe? Wie wirken sich Mangelzustände aus, und welche Folgen haben Überdosierungen? Bei welchen Krankheiten besteht ein erhöhter Bedarf an Mikronährstoffen? Wie sind synthetische Vitamine im Vergleich zu natürlichen zu bewerten? Ein unentbehrlicher praktischer Ratgeber, der alle Fragen rund um Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente kompetent, umfassend und leicht verständlich beantwortet. Mit zahlreichen Tabellen, die helfen, die gewünschten Informationen schnell und sicher zu finden.

## Heinz Knieriemen

Journalist und ehemaliger stellvertretender Chefredakteur der Zeitschrift »Natürlich«, Autor und Mitautor mehrerer Bücher und einer großen Zahl von Fachpublikationen im Bereich Ernährung, Gesundheit und Ökologie.



## Neuauflage

Heinz Knieriemen  
**Gesund und fit mit Vitalstoffen**  
 Vitamine, Mineralstoffe,  
 Spurenelemente  
 Ein kritischer Ratgeber

Ca. 192 Seiten, Format 13 x 19 cm  
 Ca. 20 Farbfotos und Illustrationen  
 Broschur  
 Auslieferung: Januar 2017  
 Ca. € 15,- (D)/€ 16,- (A)/Fr. 18,-  
 ISBN 978-3-03800-967-2



9 783038 009672

# Erweiterte Neuauflage des Longsellers

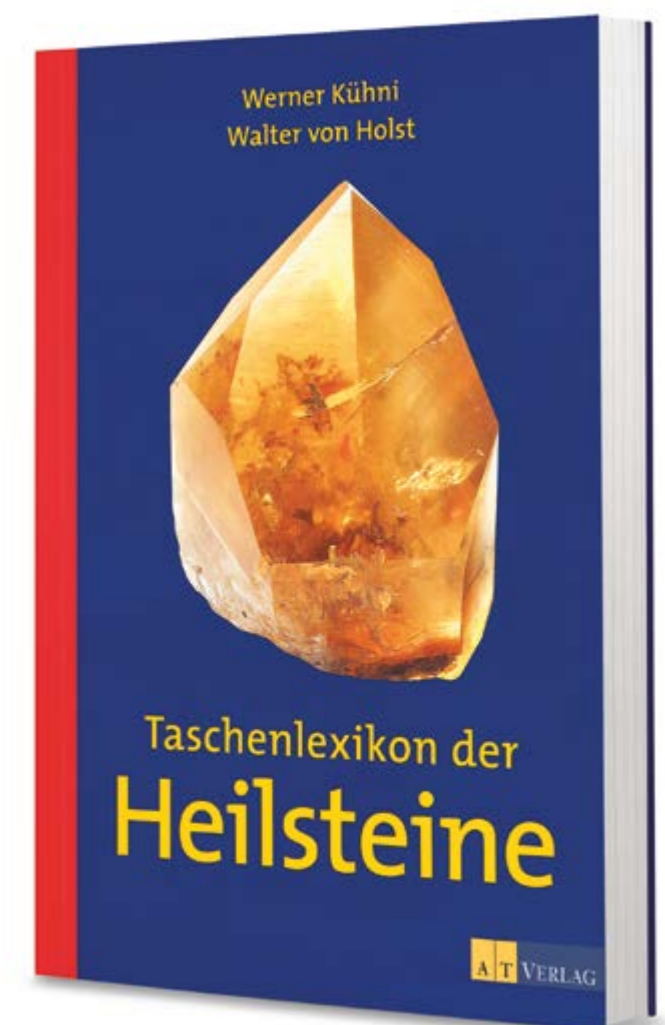
Dieses kompakte Taschenlexikon ermöglicht einen einfachen Einstieg in die Welt der Heilsteine. Über 500 Mineralien, davon 20 neue, werden einschließlich ihrer Farbvarietäten prägnant und verständlich beschrieben und in Farbfotos gezeigt. Mit Informationen über die wichtigsten körperlichen und seelischen Indikationen und geeignete Anwendungen sowie über die Verfügbarkeit der Steine.

## Werner Kühni

Heilpraktiker und Psychotherapeut, Ausbildung in Homöopathie, Mind-Control und Hypnose, intensive Beschäftigung mit Aromatherapie. Verkauf und Beratung zu ätherischen Ölen und Heilsteinen, Buchautor und Ausstellungsmacher. Vortrags- und Kurstätigkeit.

## Walter von Holst

Mitbegründer des Steinheilkunde e.V., Stuttgart, Initiator des Forschungsprojekts Steinheilkunde, Dozent an Heilpraktikerschulen. Betreibt ein Fachgeschäft für Heilsteine, Kurstätigkeit.



**Enzyklopädie der Steinheilkunde**  
 5. Auflage, 2015  
 € 44,90 (D)/€ 46,20 (A)/Fr. 54,90  
 ISBN 978-3-03800-469-1



9 783038 004691



**Kolloidales Silber**  
 12. Auflage, 2016  
 € 16,95 (D)/€ 17,40 (A)/Fr. 20,90  
 ISBN 978-3-03800-942-9

AUCH ALS  
 E-Book



9 783038 009429

AUCH ALS  
 E-Book

**Neuauflage**  
 Werner Kühni  
 Walter von Holst  
**Taschenlexikon der Heilsteine**

Ca. 200 Seiten, Format 13 x 19 cm  
 Ca. 550 Farbfotos  
 Broschur  
 Auslieferung: März 2017  
 Ca. € 10,- (D)/€ 11,- (A)/Fr. 13,-  
 ISBN 978-3-03800-968-9



9 783038 009689



# »Natürlich gesund« Neuerscheinungen 2016

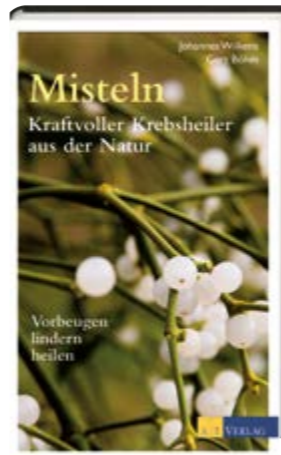


Rudi Beiser  
**Vergessene Heilpflanzen**  
€ 29,95 (D)/€ 30,80 (A)/Fr. 35.90  
ISBN 978-3-03800-888-0



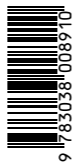
Manfred M. Junius  
**Pflanzenalchemie - ein praktisches Handbuch**  
€ 34,90 (D)/€ 35,90 (A)/Fr. 39.90  
ISBN 978-3-03800-893-4

AUCH ALS  
E-Book



Johannes Wilkens, Gert Böhm  
**Misteln - kraftvolle Krebsheiler aus der Natur**  
€ 24,95 (D)/€ 25,70 (A)/Fr. 29.90  
ISBN 978-3-03800-891-0

AUCH ALS  
E-Book



Wolf-Dieter Storl  
**Ur-Medizin**  
€ 24,95 (D)/€ 25,70 (A)/Fr. 29.90  
ISBN 978-3-03800-872-9

AUCH ALS  
E-Book



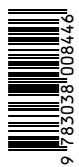
Margret Madejsky  
**Lexikon der Frauenkräuter**  
€ 32,90 (D)/€ 33,90 (A)/Fr. 39.90  
ISBN 978-3-03800-417-2

AUCH ALS  
E-Book



Chrischta Ganz/Louis Hutter  
**Gemmotherapie**  
€ 29,95 (D)/€ 30,80 (A)/Fr. 34.90  
ISBN 978-3-03800-844-6

AUCH ALS  
E-Book



Chrischta Ganz/Louis Hutter  
**Gemmotherapie Kartenset**  
€ 24,95 (D)/€ 24,95 (A)/Fr. 29.90  
ISBN 978-3-03800-938-2



Christine Baumann  
**Darm - natürlich gesund**  
€ 19,95 (D)/€ 20,60 (A)/Fr. 23.90  
ISBN 978-3-03800-894-1

AUCH ALS  
E-Book



Anne Katharina Zschocke  
**Natürlich heilen mit Bakterien**  
€ 24,95 (D)/€ 25,70 (A)/Fr. 29.90  
ISBN 978-3-03800-902-3

AUCH ALS  
E-Book



Wolf-Dieter Storl  
**Borreliose natürlich heilen**  
€ 19,90 (D)/€ 20,50 (A)/Fr. 23.90  
ISBN 978-3-03800-360-1

AUCH ALS  
E-Book

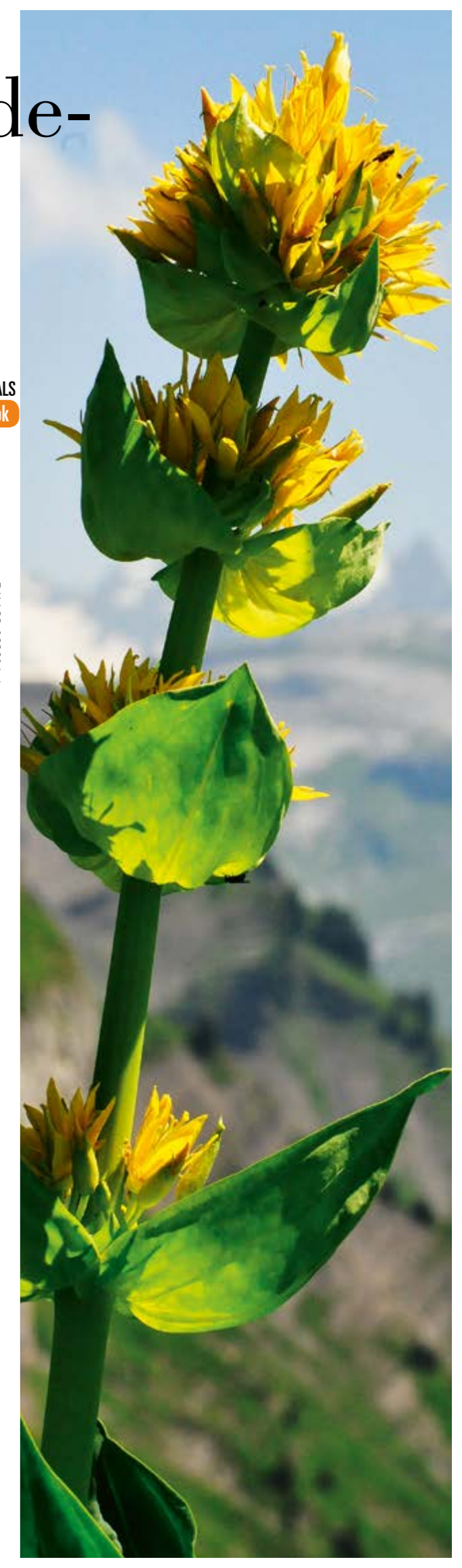


Werner Kühni  
**Heilen mit dem Zeolith-Mineral Klinoptilolith**  
€ 16,90 (D)/€ 17,40 (A)/Fr. 20.90  
ISBN 978-3-03800-866-8

AUCH ALS  
E-Book



# Unsere Heilkunde- Bestseller





# Nächte unter dem Sternenhimmel



Praktische Anleitungen und viele Tipps vom Outdoor-Spezialisten

Damit die Nacht im Freien zu einem unvergessliches Erlebnis wird

Die Nacht allein, zu zweit oder als Familie am Waldrand, auf einer Lichtung, am Bach oder See zu verbringen, ist ein bereichernder Ausbruch aus dem Alltag, der neben dem prickelnden Gefühl des Abenteurers oft auch tiefe Einsichten beschert. Dieses Buch erzählt vom menschlichen Urbedürfnis nach den magischen Nächten in freier Natur und bietet umfassend alle praktischen Informationen dazu: Was ist in den verschiedenen Ländern Europas erlaubt und was verboten? Worauf ist bei der Platzwahl zu achten? Welche Ausrüstung ist zu empfehlen? Einfache Schritt-für-Schritt-Anleitungen zeigen, wie man sich in wenigen Minuten einen simplen, aber zweckmäßigen Unterschlupf baut, der zuverlässig vor Wind und Wetter schützt, und wie man ein fast unsichtbares Lagerfeuer anlegt. Man erfährt, wie man sich bei Wind, Regen oder Kälte verhält, wie man Bären oder neugierige Kühe verscheucht und sich mit einem selbst hergestellten Anti-Mückenmittel schützt. Ein Buch für alle, die ihre Matratze hin und wieder gegen ein wunderbares Naturbett eintauschen und unter freiem Himmel träumen möchten.



## Markus Kellenberger

Journalist und Chefredakteur der Zeitschrift »Natürlich« mit ungebändigtem Hang zum Outdoor-Abenteurer. Zu Fuß, mit dem Kanu oder mit dem Geländewagen bereist er Wüsten, Berge, Flüsse und Wälder und schläft am liebsten draußen.

## Markus Kellenberger Draußen schlafen

Die passende Ausrüstung, die richtige Vorbereitung, gesetzliche Bestimmungen und die Wahl des perfekten Platzes

Ca. 120 Seiten, Format 16,5 x 22 cm  
Zahlreiche Fotos und Illustrationen  
Flexcover  
Auslieferung: April 2017  
Ca. € 20,- (D)/€ 21,- /Fr. 24.-  
ISBN 978-3-03800-953-5





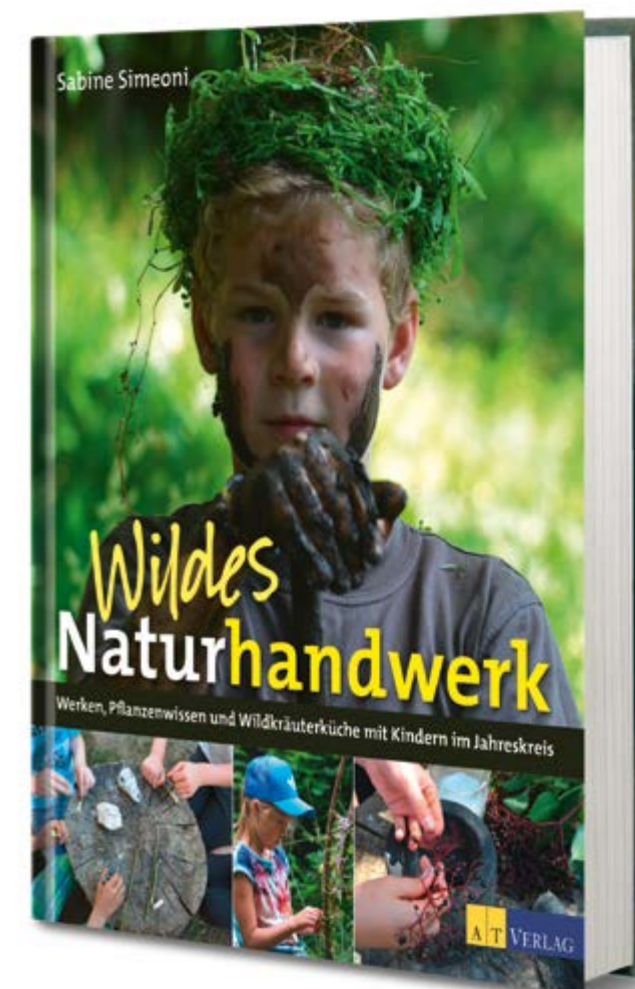
Mit Kindern aus Naturmaterialien ästhetische und nützliche Dinge anfertigen

Viele praktische Anleitungen für Familie, Spielgruppe und Schule

Im Frühling aus den ersten blühenden Kräutern einen Sirup ansetzen und aus jungem Holz eine Pfeife schnitzen. Ein Feuer nach alter Art entzünden und gemeinsam eine Suppe kochen. Naturseife sieden und mit Schafwolle filzen. Primitive Werkzeuge wie ein Steinmesser oder einen Bogen anfertigen. Für den grünen Medizinschrank am offenen Feuer einen Waldbalsam kochen. Schokobananen aus der Glut und Geschichten am Lagerfeuer runden den Tag ab. Eine Fülle an praktischen Anleitungen zeigt, wie man mit Kindern im Kreislauf der Jahreszeiten die Natur hautnah und sinnreich erleben kann. Aus Naturmaterialien entstehen mit einfachen Mitteln schöne und nützliche Dinge. Naturerlebnis, Naturverbundenheit und die Erfahrung der natürlichen Lebensrhythmen stärkt, zentriert und trägt zur Entfaltung des kindlichen Potenzials bei. Ein idealer Weg, um die Sehnsucht nach Ursprünglichkeit auszuleben, aus elementaren Werten zu schöpfen und dem eigenen intuitiven Wesenskern Raum zu geben.

**Sabine Simeoni**

Wald- und Wildnispädagogin, Natur-Coach und Mentorin, Mutter von drei Kindern und Großmutter. Sie leitet gemeinsam mit ihrem Ehemann eine Natur- und Wildnisschule in Oberfranken, Bayern.



Sabine Simeoni  
**Wildes Naturhandwerk**  
Werken, Pflanzenwissen und Wildkräuterküche mit Kindern im Jahreskreis

Ca. 200 Seiten, Format 19,2 x 24,5 cm  
Über 100 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: März 2017  
Ca. € 26,- (D)/€ 27,- (A)/Fr. 32,-  
ISBN 978-3-03800-959-7



# Outdoor - draußen werken mit dem Taschenmesser



Felix Immler  
**Outdoor mit dem Taschenmesser**  
€ 24,90 (D)/€ 25,60 (A)/Fr. 29.90  
ISBN 978-3-03800-851-4

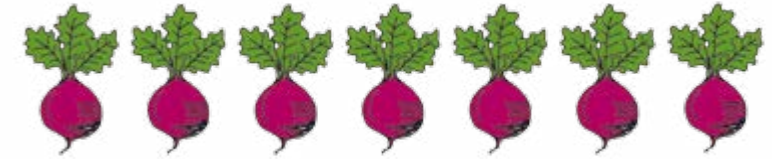


Felix Immler  
**Werken mit dem Taschenmesser**  
€ 26,90 (D)/€ 27,70 (A)/Fr. 34.90  
ISBN 978-3-03800-665-7



Felix Immler  
**Werken mit dem Taschenmesser**  
Das kleine Handbuch für unterwegs  
€ 11,90 (D)/€ 12,30 (A)/Fr. 14.90  
ISBN 978-3-03800-833-0

# Outdoor – draußen säen, ernten und kochen



AUCH ALS  
E-Book



Susanne Fischer-Rizzi  
**Wilde Küche**  
Das große Buch vom Kochen am offenen Feuer  
€ 26,90 (D)/€ 27,70 (A)/Fr. 32.90  
ISBN 978-3-03800-499-8



Katharina Bodenstern  
**Wildes Brot**  
Archaisch backen im Felsen – am Feuer, über der Glut, auf dem Grill und im Ofen  
€ 22,90 (D)/€ 23,60 (A)/Fr. 26.90  
ISBN 978-3-03800-808-8



Violette Tanner  
**Kinderwerkstatt Wildpflanzenküche**  
Mit Kindern sammeln, backen, die Natur erleben  
€ 26,90 (D)/€ 27,70 (A)/Fr. 32.90  
ISBN 978-3-03800-569-8



Sabine Reber  
**Vom Beet in die Küche**  
Von Bambussprossen über Dahlienknollen bis zu Sükartoffelblättern  
Beizwissen, Eingeläutert und Kochrezepte  
Mit Fotos von Sabina Reber  
€ 29,95 (D)/€ 30,80 (A)/Fr. 34.90  
ISBN 978-3-03800-915-3



Cinead McTernan  
**Der essbare Garten in einem Topf**  
Kleine Kräuter – zusammen pflanzen, zusammen genießen  
€ 19,95 (D)/€ 20,60 (A)/Fr. 23.90  
ISBN 978-3-03800-898-9





# Die schönsten Wanderungen in der Schweiz mit Fernsicht



Viel Panorama auf wenig begangenen  
Wegen

Kurze bis mittellange Wanderungen  
für jedermann

Die schönsten Wanderungen zu den großen Aussichtsklassikern der Schweiz: Berge, die man einfach gesehen haben muss, Täler, die ganz neue Blicke erschließen, Seen, die aus der Vogelperspektive wie Perlen in der Landschaft liegen. Die vorgeschlagenen Routen sind so gewählt, dass sie wo immer möglich abseits der viel begangenen Wege verlaufen, aber mindestens ebenso viel Panorama bieten. Sämtliche Wanderungen sind mit durchschnittlicher Kondition gut zu bewältigen. Dort, wo sie etwas fordernder werden, gibt es Abkürzungsmöglichkeiten. Wer alle in diesem Buch beschriebenen Wanderungen gemacht hat, kann von sich sagen: Ich habe die Schweizer Alpen gesehen – in ihrer ganzen Schönheit und Vielfalt!

#### David Coulin

ist als Kommunikationsmanager, Fotojournalist und Buchautor tätig und vermittelt Bergerlebnisse in der ganzen Schweiz. Der erfahrene Alpinist und Tourenleiter mit den Schwerpunkten Wandern und Snowboardtouren ist Autor und Koautor mehrerer Bücher im AT Verlag.



David Coulin  
**Die schönsten Panoramataouren  
in der Schweiz**

Ca. 176 Seiten, Format 21 x 28 cm  
Ca. 200 Fotos  
Gebunden  
Auslieferung: März 2017  
Ca. € 49,90 (D)/€ 51,30 (A)/Fr. 49,90  
ISBN 978-3-03800-951-1

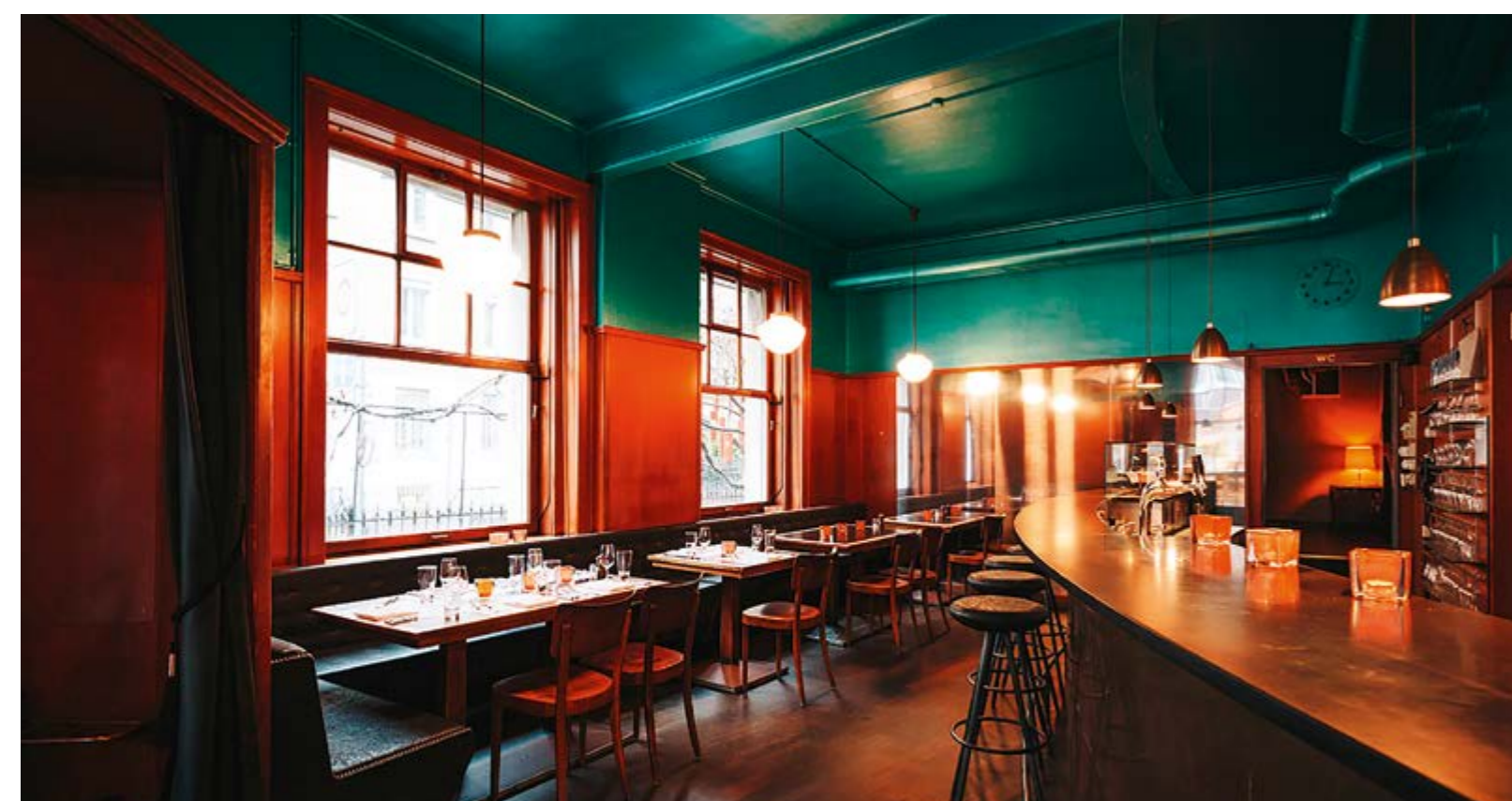


Caroline Fink  
**Welten aus Eis**  
€ 49,90 (D)/€ 51,30 (A)/Fr. 49,90  
ISBN 978-3-03800-823-1



Tina Balmer, Giorgio Hösli  
**Chäs wandern**  
€ 49,90 (D)/€ 51,30 (A)/Fr. 49,90  
ISBN 978-3-03800-837-8





# Die stimmungsvollsten Beizen und die besten Produkte



500 Adressen in der Schweiz für echte Genießer

Im praktischen Taschenformat zum Mitnehmen

Nach dem großen Erfolg des Beizenführers »Cervelat & Tafelspitz« – mit bisher fünf Auflagen und mehr als 15 000 verkauften Exemplaren – doppelt Buchautor und Genuss-Spürnase Martin Jenni nach. Dieser Guide versammelt seine 500 besten Adressen in der Schweiz zum Einkehren und Einkaufen an Orten, die den einfachen Genuss und das heimische kulinarische Schaffen pflegen. Wie wär's mit der »Jésus« genannten Räucherwurst in der »Petite Échelle« im französischen Jura? Oder doch lieber frische Austern und eine Flasche Chenin Blanc in der Brasserie Cardinal in Neuchâtel? Und natürlich gehört der Einkauf dazu: zum Beispiel das wundervolle Brot vom »Eigenbrötler« aus Alberswil oder ein Rohmilchkäse von Affineur Claude Lusier aus Ovronnaz.

Der unentbehrliche Begleiter für alle Besseres auf der Suche nach dem unverfälschten Genuss. Ideal für die Velosatteltasche, das Handschuhfach im Auto oder den Rucksack.

#### Martin Jenni

Journalist BR und Buchautor, schreibt u. a. für »Transhelvetica«, »Salz & Pfeffer«, »Cigar«, »Schweizer Familie«, »Schweiz am Sonntag« und »Basler Zeitung«.



AUCH ALS  
E-Book

Martin Jenni  
**Aufgegabelt**  
Stimmungsvolle Beizen  
und authentische Produkte  
500 Adressen in der Schweiz

Ca. 256 Seiten, Format 11 x 16 cm  
Ca. 500 Farbfotos  
Broschur mit Klappen  
Auslieferung: April 2017  
Ca. € 20,- (D)/€ 21,- (A)/Fr. 20,-  
ISBN 978-3-03800-962-7



#### Cervelat und Tafelspitz

5. Auflage, 2016  
€ 49,90 (D)/€ 51,30 (A)/Fr. 49.90  
978-3-03800-937-5

# Werbemittel

## Themenprospekte



**Appetit auf Bücher?**  
Das Kochbuchprogramm  
ISBN 978-3-03800-193-5  
Brockhaus 90118  
Buchzentrum 2703772



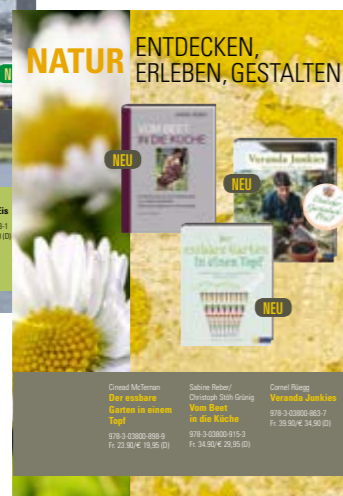
**Herbst und Winter 2016**  
Die schönsten Bücher  
aus dem AT Verlag  
ISBN 978-3-03800-194-2  
Brockhaus 90121  
Buchzentrum 14322274



**Natürlich heilen**  
ISBN 978-3-03800-172-0  
Brockhaus 90120  
Buchzentrum 14934421



**Unterwegs mit Büchern  
aus dem AT Verlag 2016**  
ISBN 978-3-03800-178-2  
Brockhaus 90039  
Buchzentrum 13214747

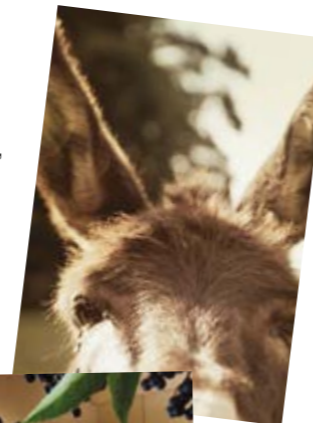


**Natur entdecken gestalten  
erleben 2016**  
ISBN 978-3-03800-185-0  
Brockhaus 90075  
Buchzentrum 13214748

## Karten

Bestellen Sie unsere Karten  
im A5-Format zu den Themen Kochen,  
Backen, Werken und Natur.  
Bitte wenden Sie sich an den Verlag  
oder an Ihren Vertreter.

Bestellmenge:  
1 Einheit = 25 Karten gemischt.



**Sie möchten Bücher aus dem AT Verlag in Ihrer  
Buchhandlung speziell präsentieren? Bitte wenden  
Sie sich an den Verlag oder an Ihren Vertreter.  
Wir gestalten für Sie Poster, Bestellkarten usw.**

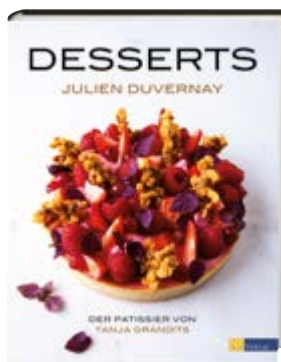
# Backlist



# Unsere preisgekrönten Kochbücher

Literarischer Wettbewerb Gastronomische  
Akademie Deutschland (GAD)

Silbermedaille in der Kategorie  
Grundkochbücher

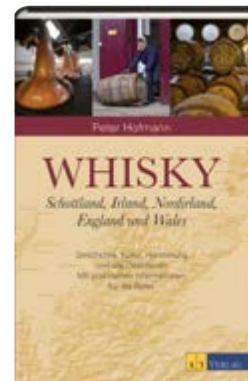


Julien Duvernay  
**Desserts**  
€ 44,90 (D)/€ 46,20 (A)/Fr. 49.90  
ISBN 978-3-03800-905-4



Rolf Hiltl  
**Meat the Green**  
€ 49,- (D)/€ 50,40 (A)/Fr. 49.-  
ISBN 978-3-03800-896-5

Goldmedaille in der Kategorie  
Getränke



Peter Hofmann  
**Whisky**  
€ 49,90 (D)/€ 51,30 (A)/Fr. 59.90  
ISBN 978-3-03800-918-4



Sabine Reber  
**Vom Beet in die Küche**  
€ 29,95 (D)/€ 30,80 (A)/Fr. 34.90  
ISBN 978-3-03800-915-3

Silbermedaille in der Kategorie  
Themenkochbücher



Cornelia Schinharl  
**Gemüse all'italiana**  
€ 34,95 (D)/€ 36,- (A)/Fr. 39.90  
ISBN 978-3-03800-906-1



Stefan Wiesner, Monica Wiesner-Auretto  
**Wurstwerkstatt**  
€ 34,95 (D)/€ 36,- (A)/Fr. 39.90  
ISBN 978-3-03800-882-8



## Anschriften Schweiz

### Verlag

AT Verlag  
AZ Fachverlage AG  
Bahnhofstraße 41  
(ab 1. 1. 2017 Neumattstraße 1)  
CH-5000 Aarau  
Telefon +41 (0)58 200 44 00  
Fax +41 (0)58 200 44 01  
info@at-verlag.ch  
www.at-verlag.ch

### Auslieferung

Buchzentrum AG  
Industriestraße Ost 10  
CH-4614 Hägendorf  
Telefon +41 (0)62 209 25 25  
Fax +41 (0)62 209 26 27  
kundendienst@buchzentrum.ch  
www.buchzentrum.ch

### Vertretung Schweiz

Stephanie Brunner, Urs Wetli,  
Angela Kindlimann  
Scheidegger & Co. AG  
Obere Bahnhofstraße 10A  
CH-8910 Affoltern a.A.  
Telefon +41 (0)44 762 42 47, 41 oder 46  
Fax +41 (0)44 762 42 49  
s.brunner@scheidegger-buecher.ch,  
u.wetli@scheidegger-buecher.ch,  
a.kindlimann@scheidegger-buecher.ch  
www.scheidegger-buecher.ch

## Kontakte Verlag Aarau/Schweiz

### Verlagsleitung

Urs Hunziker  
Telefon +41 (0)58 200 44 12  
urs.hunziker@azmedien.ch

### Leitung Lektorat

Monika Schmidhofer  
Telefon +41 (0)58 200 44 05  
monika.schmidhofer@azmedien.ch

### Lektorat

Christine Mörl  
Telefon +41 (0)58 200 44 15  
christine.moerl@azmedien.ch

### Herstellung

Adrian Pabst  
Telefon +41 (0)58 200 44 07  
adrian.pabst@azmedien.ch

### Heidi Schuppisser

Telefon +41 (0)58 200 44 08  
heidi.schuppisser@azmedien.ch

### Tanja Weber

Telefon +41 (0)58 200 44 08  
tanja.weber@azmedien.ch

### Marketing/Werbung

Anne-Cathérine Schürmann  
Telefon +41 (0)58 200 44 09  
anne-catherine.schuermann@azmedien.ch

### Vertrieb

Christine Gutknecht  
Telefon +41 (0)58 200 44 10  
christine.gutknecht@azmedien.ch

### Presse und Öffentlichkeitsarbeit

Brigitte Bosshard Bordoni  
Telefon +41 (0)58 200 44 03  
brigitte.bosshard@azmedien.ch

### Verlagsassistentz/Lizenzen

Liliane Licata  
Telefon +41 (0)58 200 44 02  
liliane.licata@azmedien.ch

## Kontakte Verlag Deutschland/ Österreich

### Geschäftsführung/Marketing

Dr. Michael Günther  
Telefon +49 (0)89 767 567 10  
michael.guenther@atverlag.de

### Buchhandel/Assistenz

Sibylle Schmid  
Telefon +49 (0)89 767 567 20  
sibylle.schmid@atverlag.de

### Presse und Öffentlichkeitsarbeit

Medienbüro Gina Ahrend  
Hochfeld 11  
82343 Pöcking am Starnberger See  
Telefon +49 (0)8157 32 93  
Fax +49 (0)8157 53 26  
info@ahrend-medienbuero.de  
www.ahrend-medienbuero.de

## Anschriften Deutschland

### Verlag

AT Verlag Deutschland / Österreich  
Fruchthof  
Gotzinger Straße 52b  
81371 München  
Postfach 750 199  
81331 München  
Telefon +49 (0)89 767 567 0  
Fax +49 (0)89 767 567 11  
info@atverlag.de  
www.at-verlag.ch

### Auslieferung

Brockhaus / Commission  
Kreidlerstrasse 9  
70806 Kornwestheim  
Telefon  
+49 (0)7154 13 270, Zentrale  
+49 (0)7154 13 27 92 10, Isabella Schmitt  
Fax +49 (0)7154 13 27 13  
atverlag@brocom.de  
www.brocom.de

### Bayern

Dolles Vertriebsteam  
*Michael Dolles, Elke Hermann,  
Katja Neugirg, Petra Uffinger, Alexandra  
Hildner (z. Zt. in Elternzeit)*

Michael Dolles  
An der Schlossmauer 21  
93161 Sinzing  
michael.dolles@dolles-vertriebsteam.de  
Telefon +49 (0)941 58613 53  
Fax +49 (0)941 58613 55

### Büro: Katja Neugirg

bestellung@dolles-vertriebsteam.de  
Telefon +49 (0)941 58613 53  
Fax +49 (0)941 58613 55

elke.hermann@dolles-vertriebsteam.de  
Telefon +49 (0)8379 728 628  
Fax +49 (0)8379 728 743

petra.uffinger@dolles-vertriebsteam.de  
Telefon +49 (0)941 58613 53  
Fax +49 (0)941 58613 55

### Hessen, Saarland, Rheinland-Pfalz, Luxemburg

*Dieter Naleppa*  
Telefon +49 (0)173 6122107

Büro:  
*Matthias Symann*  
Postfach 1217  
55280 Nierstein  
Telefon +49 (0)6133 5776244  
Fax +49 (0)6133 5776245  
vertreterbuero@kornsand-agentur.de

### Mecklenburg-Vorpommern, Berlin, Brandenburg

*Helmut Figoluschka*  
Postfach 100 273  
10562 Berlin  
Telefon + 49 (0)30 61 07 32 90  
Fax +49 (0)30 61 07 32 91  
figoluschka@buchmenue.de

### Niedersachsen, Schleswig-Holstein, Hamburg, Bremen

Handelsagentur Gembrys & Schäfer  
Jochim-Sahling-Weg 31  
22549 Hamburg

### Sven Gembrys

Telefon + 49 (0)170 5253955  
Fax +49 (0)40 41912811  
s.gembrys@gmx.de

### Fabienne Schäfer

Telefon + 49 (0)160 96709209  
Fax +49 (0)40 41912811  
s.gembrys@gmx.de

### Nordrhein-Westfalen

Büro für Bücher  
www.buerofuerbuecher.de

### Benedikt Geulen

Meertal 122  
41464 Neuss  
Telefon +49 (0)2131 125 59 90  
Fax +49 (0)2131 125 79 44  
b.geulen@buerofuerbuecher.de

### Ulrike Hölzemann

Dornseifer Str. 67  
57223 Kreuztal  
Telefon +49 (0)2732 55 83 44  
Fax +49 (0)2732 55 83 45  
u.hoelzemann@buerofuerbuecher.de

### In Deutschland vertreten durch:

#### Baden-Württemberg

Verlagsagentur Arne Bohle GmbH  
*Arne Bohle und Alexandra Ortner*  
Röntgenstraße 27  
77694 Kehl  
Telefon +49 (0)7851 48 21 66  
Fax +49 (0)7851 48 22 68  
w-bohle@t-online.de

## Anschriften Österreich

### Auslieferung

Dr. Franz Hain-Verlagsauslieferungen  
Dr. Otto Neurath Gasse 5  
A-1220 Wien  
Telefon +43 (0)1 282 65 65 77  
(Bestellabteilung)  
Fax +43 (0)1 282 52 82  
bestell@hain.at


### In Österreich vertreten durch:

#### Wien, Niederösterreich, Oberösterreich, Burgenland, Südtirol

*Alfred Trux*  
Verlagsvertretung  
Weyerstraße 15  
A-4810 Gmunden  
Telefon +43 (0)699 11 65 20 89  
Fax +43 (0)732 21 00 22 66 36  
trux@kabeltvgmunden.at  
Alfred.Trux@gmx.at

#### Steiermark, Salzburg, Kärnten, Tirol, Vorarlberg

Verlagsvertretungen  
*Ing. Christian Hirtzy*  
Steinbergstraße 1  
A-8076 Vasoldsberg  
Telefon +43 (0)664 424 59 05  
Fax +43 (0)3133 31 656  
christian.hirtzy@aon.at

 Besuchen Sie uns auf Facebook!

Preisstand Oktober 2016, Irrtum und Änderungen vorbehalten, Ladenpreise (€) bzw. Listenpreise (Fr.) inkl. Mehrwertsteuer

Umschlagfoto © Manuela Rüter, aus »Micro Greens – Micro Leaves«

ars vivendi  
AT  
Becker Joest Volk  
Brandstätter  
Thorbecke  
Umschau

**artfolio**  
In Qualität vernannt.

Vertriebsbüro Juliane Seyfarth  
Eversbuschstraße 40a  
80999 München  
T. +49 89 500 80 88 0  
F. +49 89 500 80 88 18  
office@juliane-seyfarth.de  
www.juliane-seyfarth.de