



## Presseinformation

*Dr. med. Andrea Scholdan/ Laurence Koblinger*

### **Suppito mit Biss**

2 Frauen, 5 Elemente, 44 neue Rezepte

96 Seiten, 21 x 24 cm

durchgehend farbige Abbildungen, Klappenbroschur

ISBN: 978-3-7040-2423-7

Preis: 14,95 €

Auch als E-Book erhältlich

Was die beiden Autorinnen noch so alles an kulinarischen Genüssen zu bieten haben, finden Anhänger der 5 Elemente-Küche im Nachfolgebund zu „Suppito“. 44 neue Suppen, Salate oder Eintöpfe wie etwa das fantastische Gemüsecurry oder das süchtig machende Reisfleisch mit grüner Paprika haben sie zusammengestellt. Auch Desserts dürfen nicht fehlen – darunter die schon legendäre Apfeltarte à la Laurence. Hier sind die Grundsätze der 5 Elemente-Lehre der Traditionellen Chinesischen Medizin mit den westlichen Ernährungsregeln zu wohlschmeckenden und bekömmlichen Gerichten vereint. Nicht nur Fans der 5 Elemente-Küche sondern alle diejenigen, die gutes, schmackhaftes und gesundes Essen lieben, finden eine Rezeptesammlung kreuz und quer durch das beliebte Sortiment der Suppenmanufaktur „Suppito“.

#### **Aus dem Inhalt:**

- Geschichte einer außergewöhnlich sympathischen Manufaktur
- Vereinfachte Einführung in die 5-Elemente-Küche
- 44 neue Rezepte für Suppen, Salate, Eintöpfe und Desserts im Jahreslauf
- Alle Gerichte sind laktose-, hefe- und glutenfrei
- Tipps zur Haltbarmachung ohne Konservierungsmittel
- Ratschläge für Gesundheit und Wohlbefinden

#### **Über die Autorinnen:**

*Dr. med. Andrea Scholdan* ist ausgebildete Ärztin und seit Jahren auf die 5-Elemente-Lehre der Traditionellen Chinesischen Medizin spezialisiert. Sie sammelte gastronomische Erfahrung bei den Haubenköchinnen Lisl Wagner-Bacher und Sohyi Kim und entdeckte auf der Suche nach Gesundheit ihre Leidenschaft zum Kochen.

*Laurence Koblinger* war Galeristin für Contemporary Art und stammt aus einer Gastronomenfamilie in der Bretagne. Sie verwöhnt ihre Gäste gerne mit wunderbaren Kreationen und bekam die Liebe zum Kochen bereits in die Wiege gelegt.

Nähere Informationen: [www.suppito.at](http://www.suppito.at)



Cadmos Verlag GmbH  
Ansprechpartnerin Presse:  
Martina Selinger  
Tel: 0049 89 451 08 510  
Englmannstraße 2 · D-81673 München  
[presse@cadmos.de](mailto:presse@cadmos.de)

avBuch im Cadmos Verlag GmbH  
Sturzgasse 1a, A-1140 Wien  
Tel.: 0043 1 982 33 44 - 491  
Fax: 0043 1 982 33 44 459

Dieses Buch erhalten Ihre Leser besonders schnell über den Verlag:

Für Österreich:

0043 1 982 33 44 - 491 oder [www.avbuch.at](http://www.avbuch.at)

Für Deutschland und andere Länder:

0049 89 451 08 510 oder [www.cadmos.de](http://www.cadmos.de)