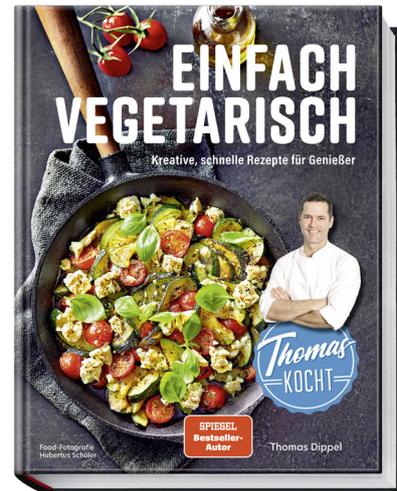


Presstext

# THOMAS KOCHT EINFACH VEGETARISCH

Kreative, schnelle Rezepte für Genießer



## Tipps und Tricks von Profikoch Thomas Dippel

Seit vielen Jahren betreibt Profikoch Thomas Dippel, der seine Wurzeln in der Sternegastronomie hat, seinen überaus erfolgreichen Youtube-Kanal „Thomas kocht“, auf dem er gekonnt die Lust am Kochen vermittelt: Seine Rezepte sind erstaunlich einfach, aber voller überraschender Tipps, um auch aus einfachen Gerichten richtig viel herauszuholen. Wusstest du beispielsweise, dass Hummus unglaublich cremig wird, wenn man die Kichererbsen aus der Dose noch mal kocht, die Häutchen abfischt und die Hülsenfrüchte schließlich mit Eiswürfeln statt Wasser püriert? Oder wie herrlich mild man dieses Rezept und viele andere mit Knoblauch-Confit aromatisieren kann?

Auch in diesem Kochbuch steht sein Motto im Vordergrund: „einfach zu Hause nachkochen – ohne vorherige lange Einkaufstouren durch Feinkostläden.“ Genau so macht Kochen Freude! Seine Rezeptauswahl ist vegetarisch, international und für jeden machbar. Unter anderem gibt es geschmorten Lauch mit weißem

Bohnenpüree, Pulled Tofu-Pilz-Burger mit Coleslaw, Frikadellen aus roten Linsen (allein dafür lohnt sich das Buch!), ofengeröstete Zucchini mit Tomaten-Bohnen-Ragout, Cowboy-Bohnenpfanne und mediterranen Flammkuchen mit Oliven und Artischocken. Zusätzlich zum perfekten Geschmack hat Thomas Dippel darauf geachtet, dass die Gerichte bis auf wenige Ausnahmen immer eine sehr gute Proteinquelle wie Hülsenfrüchte oder Tofu enthalten. So kann man bei diesen vegetarischen Rezepten getrost auf künstliche Fleischersatzprodukte verzichten.

## Bibliografische Daten

ISBN 978-3-95453-287-2, 28,00 EUR (D), 28,80 EUR (A),  
168 Seiten, Format 21 × 27 cm, 77 Fotos, Hardcover  
Text: Thomas Dippel, Food-Fotografie: Hubertus Schüller,  
Erscheint am 05. Februar 2024



Text zur Veröffentlichung freigegeben. Cover-Daten und Presstext zum Download unter [www.bjvv.de](http://www.bjvv.de). Bilder stellen wir gerne zur Verfügung.

Pressekontakt: Lena Vaßen, [lv@bjvv.de](mailto:lv@bjvv.de), 02103 90788-24

**BECKER  
JOEST  
VOLK  
VERLAG**