



Gemüseküche mal anders:

„Alles vegetarisch – Das Buch“ macht Gemüse zum Star auf dem Teller

- **Von Aubergine bis Zucchini: frische Ideen für jeden Anlass**
- **Schritt-für-Schritt-Anleitungen für Anfänger und Profis**
- **Ab Oktober bei EDEKA, Marktkauf und im Buchhandel erhältlich**

Hamburg, 26. September 2019. Vom trendigen Veggie-Burger bis zum klassischen Steckrübeneintopf: Im neuen EDEKA-Buch „Alles vegetarisch – Das Buch“ zeigt sich frisches Gemüse in seiner ganzen Vielfalt. Einfache Schritt-für-Schritt-Anleitungen und jede Menge Tipps und Tricks sorgen für gelingsicheres Nachkochen. Pünktlich zum Weltvegetariertag am 1. Oktober ist „Alles vegetarisch – Das Buch“ bei EDEKA, Marktkauf sowie im Buchhandel zum Preis von 14,95 Euro erhältlich.

Auf 200 Seiten bietet das neue Buch mehr als 100 Rezepte, in denen frisches Gemüse die Hauptrolle auf dem Teller spielt. Mit dabei sind beliebte Klassiker wie Möhrengulasch, Steckrübeneintopf oder gefüllte Paprikaschoten. Aber auch neue Rezeptideen wie die Süßkartoffel-Bowl mit Tofu und Quinoa oder der Erbsen-Burger mit Roter Bete haben das Zeug zum neuen Lieblingsessen. Sieben Kapitel erleichtern die Suche nach dem Wunschgericht. Ob „Salate & Bowls“, „Burger, Wraps & Co.“, „Wok & Pfannengerichte“ oder „Auflauf, Quiche & Pizza“ – hier finden Anfänger wie Kochprofis eine vielfältige Auswahl für Ofen, Topf und Pfanne.

Gleich zu Beginn verrät ein Saisonkalender, welches Gemüse wann Saison hat und frisch vom Feld oder aus regionaler Lagerung in die EDEKA-Märkte kommt. Darüber hinaus gibt es viel Wissenswertes zu Herkunft, Verarbeitung und Verwendung verschiedener Gemüsesorten. Durch einfache Schritt-für-Schritt-Anleitungen und illustrierte Rezept-Baukästen gelingen die Gerichte im ersten Anlauf – so werden selbst Fleischliebhaber zu Gemüsefans.



„Alles vegetarisch – Das Buch“ ist bereits das fünfte Kochbuch aus dem EDEKA Verlag. Wie seine erfolgreichen Vorgänger „Grillen – Das Buch“ oder „Backen – Das Buch“ überzeugt auch das neue Werk durch eine hochwertige Hardcover-Ausstattung mit Stoffrücken. Ab Anfang Oktober 2019 ist „Alles vegetarisch – Das Buch“ für 14,95 Euro bei EDEKA, Marktkauf und im Buchhandel erhältlich.

„Alles vegetarisch – Das Buch“ im Überblick

- 200 Seiten mit mehr als 100 Rezepten für Kochanfänger und Küchenprofis
- Vielfältige Ideen für Ofen, Topf und Pfanne
- Klassische und moderne Rezepte in einem Buch vereint
- Zahlreiche Tipps und Tricks sowie informative Warenkunde
- Gebundene Hardcover-Ausgabe mit Leinenrücken und Lesezeichen
- Verkaufspreis: 14,95 Euro
- Erhältlich ab dem 1. Oktober 2019 bei EDEKA, Marktkauf und im Buchhandel

EDEKA – Deutschlands erfolgreichste Unternehmer-Initiative

Das Profil des mittelständisch und genossenschaftlich geprägten EDEKA-Verbunds basiert auf dem erfolgreichen Zusammenspiel dreier Stufen: Bundesweit verleihen rund 3.700 selbstständige Kaufleute EDEKA ein Gesicht. Sie übernehmen auf Einzelhandelsebene die Rolle des Nahversorgers, der für Lebensmittelqualität und Genuss steht. Unterstützt werden sie von sieben regionalen Großhandelsbetrieben, die täglich frische Ware in die EDEKA-Märkte liefern und darüber hinaus von Vertriebs- bis zu Expansionsthemen an ihrer Seite stehen. Die Koordination der EDEKA-Strategie erfolgt in der Hamburger EDEKA-Zentrale. Sie steuert das nationale Warengeschäft ebenso wie die erfolgreiche Kampagne „Wir ♥ Lebensmittel“. Von hier erfolgen die Impulse zur Realisierung verbundübergreifender Ziele wie beispielsweise dem Schaffen durchgängiger IT-Strukturen oder zur Entwicklung zeitgemäßer Personalentwicklungs- und Qualifizierungskonzepte für den Einzelhandel. Mit dem Tochterunternehmen Netto Marken-Discount setzt sie darüber hinaus erfolgreiche Akzente im Discountgeschäft und rundet so das breite Leistungsspektrum des Unternehmensverbunds ab. EDEKA erzielte 2018 mit rund 11.300 Märkten und 376.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern einen Umsatz von 53,6 Mrd. Euro. Mit rund 18.000 Auszubildenden ist EDEKA einer der führenden Ausbilder in Deutschland.