Presseinformation

(Abdruck frei – Bitte senden Sie uns im Falle einer Veröffentlichung ein Belegexemplar zu.)

Neu im Conrad Stein Verlag:

Unterwegs mit der Kochkiste

Technik – Ausrüstung – Rezepte

von Joey Menzel
ISBN 978-3-86686-349-1
2., überarbeitete Auflage 2025
128 Seiten, 58 farbige Abbildungen
€ 12,90

Erscheinungstermin: März 2025

Einfach und energiesparend kochen: die besten Rezepte für die Kochkiste

Auf Reisen pfiffig kochen, Brennstoffvorräte und Gewicht einsparen – dies gelingt mit nur einer Flamme und einem wärmespeichernden System – der Kochkiste. Der Ratgeber „Unterwegs mit der Kochkiste“ aus dem Conrad Stein Verlag informiert über die verschiedenen Möglichkeiten, sich unterwegs eine Kochkiste herzustellen und mit der Konstruktion zu kochen bzw. zu kühlen und liefert tolle Rezeptvorschläge.

Neben allgemeinen Informationen zur Küchenausrüstung nennt die Autorin Joey Menzel die für die Kochkiste bzw. Reiseküche geeigneten Nahrungsmittel mit Hinweisen zur Lagerfähigkeit und Frischemerkmalen. Die wichtigsten Regeln beim Kochen in der Natur ergänzen das Basiswissen. Die Autorin beschreibt in dem OutdoorHandbuch darüber hinaus über 70 abwechslungsreiche Rezepte für Beilagen, Fleisch-, Fisch- und vegetarische Gerichte sowie Getränke. Außerdem geht sie darauf ein, welche Speisen man zu Hause vorbereiten kann und welche haltbaren Zutaten besonders geeignet sind. Der kleine Sprachführer rund ums Kochen in vier Sprachen erleichtert den Einkauf in fremden Ländern. Ein unverzichtbarer Reisebegleiter für alle, die zu Fuß, mit dem Rad, Zelt oder Boot unterwegs sind.

Die Autorin: **Joey Menzel** verbringt ihre Freizeit am liebsten mit ihrer fünfköpfigen Familie beim Radfahren/Wandern in den heimischen bayerischen Bergen und auf Bootstouren am Mittelmeer. Ihre Erfahrungen, unterwegs Gerichte mit geringem Aufwand und Ausrüstung (Kocher und Kochkiste) vorzubereiten, sowie ihre vielfältigen Rezeptideen konnte sie in diesem OutdoorHandbuch zusammenfassen.

Benötigen Sie weitere Texte, Bilder oder sonstiges Material? Dann melden Sie sich bei mir!

Conrad Stein Verlag, Kiefernstraße 6, 59514 Welver, www.conrad-stein-verlag.de
Ansprechpartnerin: Ricarda Kuschma, Tel.: 02384/963912, r.kuschma@conrad-stein-verlag.de