

EINFACH UND SCHNELL KOCHEN FÜR DIE FAMILIE

Die Balance zwischen Job, Terminen, Haushalt, Kind und Familie zu finden, ist nicht immer leicht. Davon kann auch ich ein Lied singen. So gern ich auch koche und mir immer wieder neue Gerichte für meinen Foodblog Gaumenfreundin.de überlege, im turbulenten Familienalltag muss es einfach schnell gehen. Da bin ich froh, wenn ich nicht so lange in der Küche stehen muss. Denn meine freie Zeit verbringe ich viel lieber mit meiner Familie statt am Herd.

Mit meinem Kochbuch möchte ich zeigen, dass es ganz leicht ist, in kurzer Zeit und mit nur wenigen Zutaten ein leckeres Gericht zu kochen, das der ganzen Familie schmeckt. Für alle meine Rezepte verwende ich einfachste Zutaten, die man oft schon im Kühlschrank, in der Vorratskammer oder im Gefrierfach vorrätig hat. Und wenn nicht, dann bekommst du die verwendeten Zutaten in allen gängigen Supermärkten. In meinem Buch nenne ich dir auch meine Grundzutaten, die ich immer im Haus habe, um schnell etwas Leckeres zu kochen.

Dieses Kochbuch ist sehr einfach aufgebaut, mit kurzen Zubereitungstexten und einer Abbildung zu jedem Rezept. Zusätzlich sieht man auf den ersten Blick alle Zutaten, die für das Rezept benötigt werden. So ist das Gericht im Handumdrehen zubereitet und das Kochen wird zum Kinderspiel. Übrigens brauchst du für keins meiner schnellen Familienrezepte mehr als sechs Zutaten.

Ich hoffe sehr, dass ich dir mit meinen Rezepten den Kochalltag erleichtern kann, wünsche dir ganz viel Freude beim Ausprobieren und einen guten Appetit

Steffi Sinzenich