

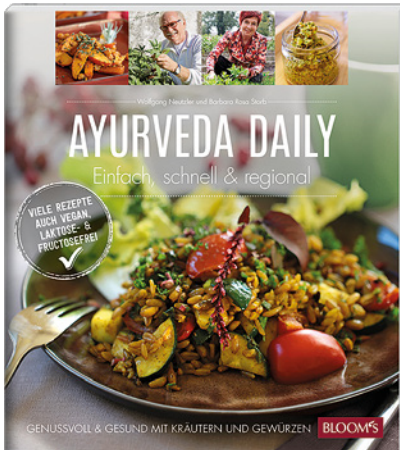
Pressekontakt

Evelyn Schinckel
 T +49 (0)2102 9644-26
 F +49 (0)2102 896076
 es@blooms.de

Verlagsanschrift

BLOOM's GmbH
 Medien - Marketing - Events
 Am Potekamp 6
 D-40885 Ratingen
 T +49 (0)2102 9644-0
 F +49 (0)2102 896073
 info@blooms.de
 www.blooms.de

PRESSEINFORMATION



Wolfgang Neutzler, Barbara Rosa Storb:
Ayurveda Daily
Einfach, schnell & regional
 176 Seiten, Format 25 x 28 cm, Softcover
 ISBN 978-3-945429-29-7
 EUR [D] 24,90 / EUR [A] 25,60 / SFR [CH] 32,50

MIT AYURVEDA DURCHS JAHR

Gesund und leicht soll modernes Essen sein.

Diese Ansprüche erfüllt Ayurveda Daily. Die Gerichte lassen sich einfach zubereiten und basieren überwiegend auf heimischen Gemüsen und Kräutern. Von Radieschen bis Giersch, von Koriander bis zu Spitzwegerich reicht die Palette der Zutaten. Ayurveda-Coach und -Koch Wolfgang Neutzler und Barbara Rosa Storb, Köchin aus Leidenschaft, haben bereits unzählige Menschen zu Fans von Ayurveda PUR im Rosenschloss in Gundelfingen gemacht. In diesem Buch stellen sie Gerichte mit saisonalen Zutaten vor, die relativ schnell und meist ohne große Vorkenntnisse nachgekocht werden können. Die beiden Autoren zeigen, dass gesunde und leckere Ernährung nicht aufwändig sein muss. Ein Buch zum Reinschnuppern und für alle, die mit Leidenschaft kochen und schon immer mal den Geschmack von Ayurveda auf der Zunge haben wollten!

So einfach geht ayurvedisches Kochen:

- **einfach** – Alle Rezepte sind leicht nachkochbar, auch für Ungeübte, die es ausprobieren wollen
- **regional** – Alle Zutaten sind leicht erhältlich, denn heimisches Gemüse und Kräuter bilden die Basis
- **gesund** – Gewürzmischungen bringen den ayurvedischen Genuss
- **daily** – Alle Rezepte mit der Ratz-fatZ-Garantie, denn sie sind in weniger als 25 Minuten realisierbar



Abdruck honorarfrei bei Nennung des Verlages und Abbildung des Buchcovers.
 Nach Vorstellung bitten wir um die Zusendung zweier Belegexemplare.

Pressekontakt

Evelyn Schinckel

T +49 (0)2102 9644-26

F +49 (0)2102 896076

es@blooms.de

VerlagsanschriftBLOOM'S GmbH
Medien - Marketing - EventsAm Potekamp 6
D-40885 Ratingen

T +49 (0)2102 9644-0

F +49 (0)2102 896073

info@blooms.de

www.blooms.de

Die Autoren:

Barbara Rosa Storb Gutes Essen, vor allem mit frischem Gemüse und Kräutern aus der Gärtnerei ihres Großvaters, war schon immer ihre Leidenschaft. Ausgelöst durch das Interesse für Kräuter, beschäftigte sich Barbara Rosa Storb (1957) schon früh mit den Lehren der Hildegard von Bingen. Später fand sie Zugang zu Ayurveda. Als Geschäftsführerin der bayrischen Floristen war sie Mitintendantin von Ayurveda Pur im Rosenschloss Gundelfingen. Insofern begleiteten Blumen und Pflanzen für den optischen wie kulinarischen Genuss ihr Leben.



Wolfgang Neutzler Die Voraussetzungen für ein glückliches und gesundes Leben zu erkennen und die Zusammenhänge zwischen Geist, Körper und Ernährung zu erforschen, hat sich Wolfgang Neutzler (1949) zur Lebensaufgabe gemacht. Schon früh kam er dabei mit der ayurvedischen Lebensphilosophie in Berührung. Seit 2014 führt er die Schule für Ayurveda im Rosenschloss Gundelfingen. Er ist durch seine E-Books und Webinare zum Thema „Gesund und glücklich leben“ aus dem Internet bekannt.

Bilder zum Download finden Sie unter:
www.blooms.de/presse

Das Buch erhalten Sie:**In Deutschland:**

über den örtlichen Buchfachhandel, über www.blooms.de/ayurveda-daily oder über die kostenfreie Hotline (aus Deutschland) 0800 0 256667.

In Österreich und der Schweiz:

über den örtlichen Buchfachhandel, über www.blooms.de/ayurveda-daily oder über Tel.: 0049 2102 9644-0.



Abdruck honorarfrei bei Nennung des Verlages und Abbildung des Buchcovers.
Nach Vorstellung bitten wir um die Zusendung zweier Belegexemplare.