

NGV



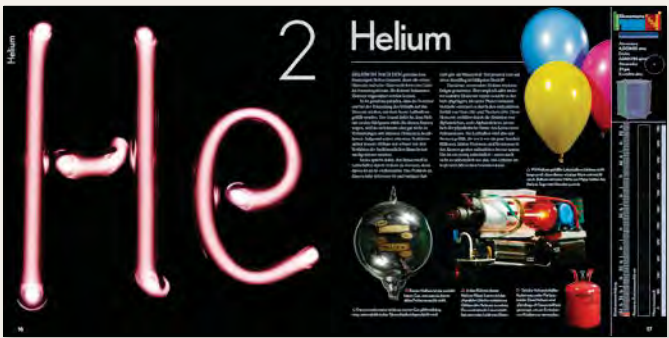
FRÜHJAHR 2018



Illustrierte Sachbücher und Ratgeber



SPITZENTITEL	1
EINTRAGBÜCHER	20
ACHTSAMKEIT	34
KOCHEN & BACKEN	44
RATGEBER	84
BILDBÄNDE	98
KREATIVES	102
MALEN & ZEICHNEN	114
RÄTSEL	122
NGV X-PRESS	128



- ▶ So geht Wissenschaft für alle: fesselnd, beeindruckend und leicht verständlich
- ▶ Mit spektakulären Aufnahmen des Fotografen Nick Mann – Kunst und Wissenschaft perfekt kombiniert
- ▶ Inklusive Poster (47 x 47 cm) mit allen 118 Elementen



Bildnachweis

Coverabbildung
Fotolia.com: © redkoala (Dalapferde, Blumen und Ranken), LenLis (Blätterfond)

Hintergrundmotive und Fotos
Ullrich Alber (S. 106); **Fotolia.com:** © Andreas Gradin (S. 2), © Kati Finell (S. 4), © kubko (S. 6), © ramiia (S. 16), © hessbeck (S. 36), © Tatiana Katsai (S. 84), © Africa Studio (S. 104); **Colya Kärcher** (S. 102); **Kay Johannsen** (S. 44); **mauritus images/Firstlight/Markos Berndt** (S. 30); **Pexels.com:** © pixabay.com (S. 12 u. 14); **picture-alliance, Frankfurt am Main/Science Photo Library** (S. 98); Piti A Sahakorn/LightRocket via **Getty Images** (Menschen im Elfenkostüm, S. 8); Shutterstock/goodluz (S. 10); **Studio Klaus Arras** (S. 48, 54, 56); **TLC Fotostudio** (S. 46, 50, 52, 58)

Illustrationen und Freisteller
Felipe Caicedo/AFP/Getty Images (Wingsuit-Flieger, S. 8); **Fotolia.com:** © wooster (Flamingo, S. 35), © piixypeach (Eule, S. 35), © KatyaKatya (S. 38/39 Blätterrahmen), © rinohara (S. 65); **Sara Gianassi** (S. 20-22); **Imaginechina/REX/Shutterstock** (Sänger Psy und Grimassen-Mann, S. 8/9); **Andrea Kuckelkorn** (S. 24/25); **Marlene Passet** (S. 93); © **The Quarto Group** (S. 119)

Alle übrigen Abbildungen:
 Verlagsarchiv

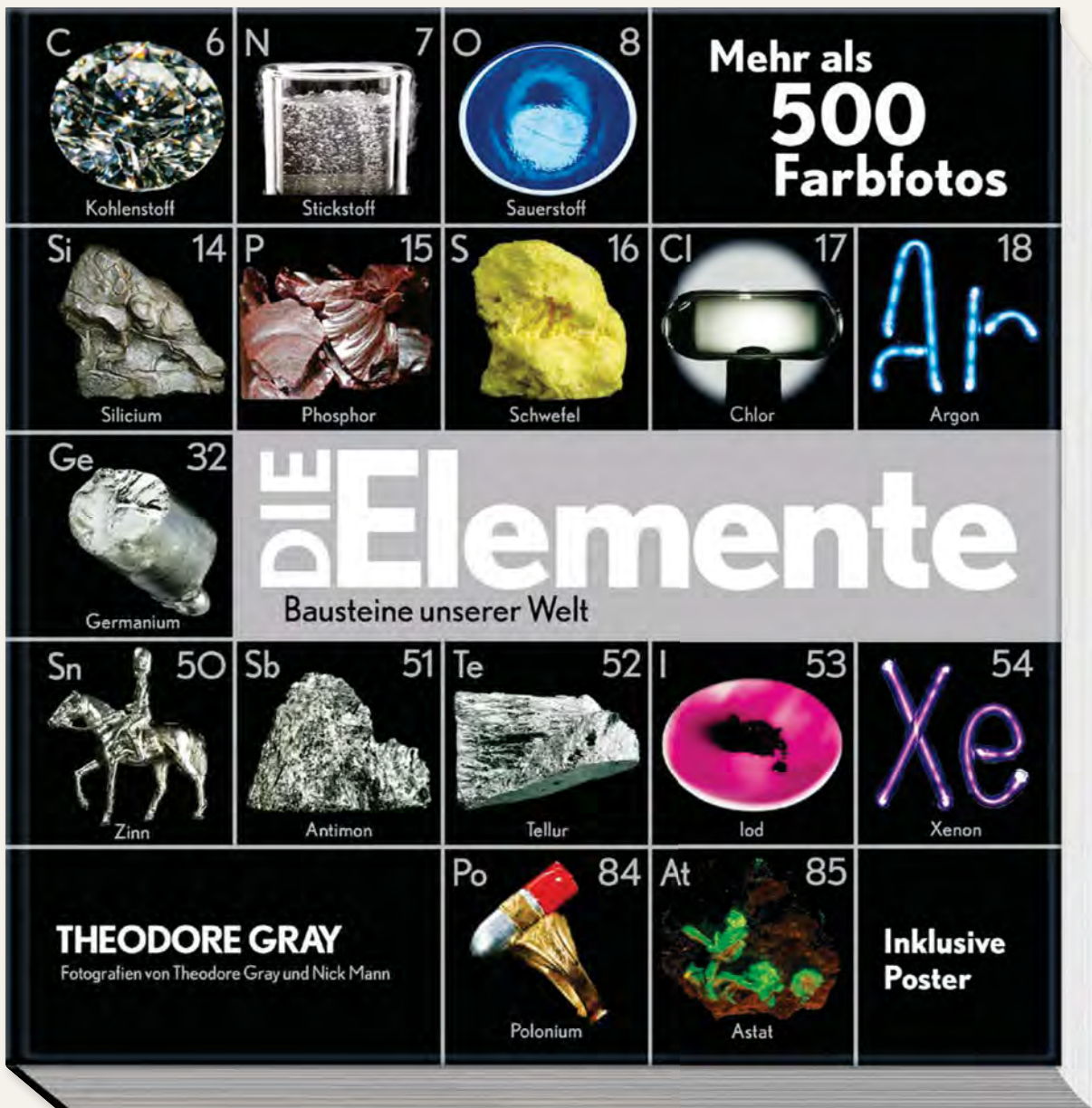


Der internationale Mega-Bestseller in 10. Auflage

NEU!
16,99€

Die faszinierenden Bausteine unserer Welt
in atemberaubenden Bildern

► Über 1 Million verkaufte Bücher weltweit



**Erscheint im
April 2018**

Die Elemente

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen,
inklusive Poster (47 x 47 cm)
240 Seiten

Format: 25,3 x 25,3 cm
Art.-Nr. 10/20/71000.00/FSM
ISBN 978-3-86941-003-6

€ 16,99



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft





LAGOM IST EIN ECHTER TRAUM

DU GEHST GERNE AUS, und „machst die Nacht zum Tag“? Dann ist der schwedische Sommer das Richtige für dich, denn der erledigt das für dich. Die Sonne verschwindet zwischen Mai und August nur kurz hinter dem Horizont und taucht das Land für rund zwei Stunden lediglich in Dämmerlicht. Jetzt wird im Freien gefeiert. Wer es ruhiger mag, geht zum Nachtfischen und brät den Fang während des Zwielfichts am Feuer. In der ausdauernden Dunkelheit des Winters muss man eiserne Disziplin walten lassen, damit melancholische Gefühle keine Chance erhalten. Mit Sport und geselligem Beisammensein am Kaminfeuer bekämpfen die Schweden wie alle Skandinavier den Winter-Blues. Die überall präsen-te Kerze und ihr flackerndes Licht spendet der Seele Trost und erzählt vom bald wiederkehrenden Sommer.

Sind diese Extreme der Natur der Grund für lagom, dem Streben nach Ausgleich? Wenn weiße Sommernächte und schwarze

Wintertage den Organismus fordern, sorgen die Schweden zumindest für ausbalancierte Emotionen. Soweit unsere These ...

Finde auch du mit lagom eine entspannte Art, den Abend zu gestalten. Wer nicht gerne kocht, liebt es, Essen zu gehen oder nutzt neuartige Lieferdienste. Aber ist das auf Dauer „der Bringer“? Du lässt dich schon eine Menge Geld und verlierst privaten Ausgleich. Gründe als Alternative mit Freunden einen Kochclub. Gemeinsam planen, einkaufen und zubereiten, wirkt anregend. Die Zeit vergeht wie im Fluge und das Schnippeln ist nicht mehr lästig. Vielleicht kocht ihr gleich so viel, dass Vorräte angelegt werden können. Auch Väter und Mütter profitieren von einer kulinarischen Gemeinschaft.

Während Kochshows und hochwertige Bücher die Gourmetküche greifbar machen, lass es etwas entspannter angehen. Mehrere Gänge für alle Freunde zu kochen, das ist



schon eine Aufgabe. Wenn jeder was mitbringt, schmeckt es auch. Überlegt euch ein Thema und verteilt die Aufgaben. Asiatisch, mediterran oder Fusion – geht mal zusammen aus, lasst euch inspirieren und kocht später „euer eigenes Süsschen“. Es tut auch gut, mal nur einen Tee oder Kaf-

fee miteinander zutrinken, ohne großen Aufwand. In unserer Zeit der Selbstoptimierung, muss es diese Momente der Entspannung geben. Geh einfach bei deinem Nachbarn klingeln und ihr quatscht miteinander. In der Epoche digitaler Kommunikation eine echte Überraschung in Echtzeit.



VOM ABSCHLETTEN UND AUFANKEN

BEIM THEMA UELAHN hat man den Eindruck, es gibt zwei Fraktionen: die Mar-fach-Beschäftigten-Fraktion und die Un-fach-Beschäftigten-Fraktion. Die Mar-fach-Fraktion wählt? Dann hat die Un-fach-Fraktion die Schweden ist das selbste. Denn wer im Land bleibt, ist abhängig von der schwedischen Wirtschaft. Und wer im Ausland ist, ist abhängig von der schwedischen Wirtschaft. Auch die Schweden sind im Ausland. Und wer im Ausland ist, ist abhängig von der schwedischen Wirtschaft. Und wer im Ausland ist, ist abhängig von der schwedischen Wirtschaft.

Karlsruhe haben auch ihren May. Man hat noch drei Tagen im Maiurlaub oder in den nächsten Monaten. Man hat den Gefühl, eine ganz Woche liegt hinter sich. Das macht auf Spaß und ist schön, wenn Zeit, Geld und Gelegenheit zusammenkommen. Aber vorantreiben führt der Wert einer nachträglichen Bonus. Freizeittage gehen es an Arbeit, auch mal Ferien zu machen ... und lagom gefüllt in die. Die Freizeit aber persönlich Maß unter all den Möglichkeiten.

WISSENLEITUNG

SMARTER HALTER

MATERIAL

- 1x 10cm x 10cm x 10cm
- 1x 10cm x 10cm x 10cm
- 1x 10cm x 10cm x 10cm

WERKZEUG

- 1x 10cm x 10cm x 10cm
- 1x 10cm x 10cm x 10cm
- 1x 10cm x 10cm x 10cm

1. Nimm dir ein Stückchen Papier, das so groß ist wie ein Blatt Papier. Das ist die Grundlage für die Karte. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst.
2. Nimm dir ein Stückchen Papier, das so groß ist wie ein Blatt Papier. Das ist die Grundlage für die Karte. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst.
3. Nimm dir ein Stückchen Papier, das so groß ist wie ein Blatt Papier. Das ist die Grundlage für die Karte. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst.
4. Nimm dir ein Stückchen Papier, das so groß ist wie ein Blatt Papier. Das ist die Grundlage für die Karte. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst.

1. Nimm dir ein Stückchen Papier, das so groß ist wie ein Blatt Papier. Das ist die Grundlage für die Karte. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst.

2. Nimm dir ein Stückchen Papier, das so groß ist wie ein Blatt Papier. Das ist die Grundlage für die Karte. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst.

3. Nimm dir ein Stückchen Papier, das so groß ist wie ein Blatt Papier. Das ist die Grundlage für die Karte. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst.

4. Nimm dir ein Stückchen Papier, das so groß ist wie ein Blatt Papier. Das ist die Grundlage für die Karte. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst. Die Karte soll ein bisschen größer sein als die Karte, die du machen willst.

Lagom: Das Glücksprinzip der Schweden

Das hochwertige Lesebuch zum Trendthema Lagom

- ▶ Inspirierende Texte und Anregungen für ein Leben in Balance
- ▶ Rezepte und Anleitungen für kreative Wohlfühlideen zu Hause
- ▶ Wunderschön gestaltet, mit Metallfolienprägung und Gummiband-Verschluss

NEU!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Februar 2018**

**Lagom – Lebe glücklich
wie die Schweden**

gebunden, Folienprägung,
mit Gummibandverschluss
und zahlreichen farbigen
Abbildungen

96 Seiten

Format: 19 x 24,5 cm

Art.-Nr. 0/20/18093.00/FSM

ISBN 978-3-625-18093-7

€ 9,99



Hyggeliges HEIM



festgestellt: Dieser Rückzug ins Private möchte einsam. Hygge ist ganz anders. Du lebst das Familiäre und Freundschaftliche, aus der Gemeinschaft ziehst du Kraft und gibst Inspiration. Öffne dich einfach – es kann nichts passieren. Außer man fragt dich: „Was liest du denn da?“ Das ist echtes Interesse an deiner Person. Dein Gegenüber wird schon spüren, ob du lieber allein sein willst. Und wenn nicht, ergibt sich wieder mal ein gutes Gespräch. Vielleicht ist in der Kuschelecke auch Platz für zwei?

Falls du doch mal allein bist, lass den Blick aus dem Hyggelocke zu den Fotos deiner Lieben schweifen. Sehr hübsch ist ein Arrangement in Schwarz und Weiß. An der Wand werden dafür Schienen mit circa drei Zentimeter Tiefe im regelmäßigen Abstand wie Lamellen montiert. Darauf ordnest du die gerahmten Porträts und Schnappschüsse nebeneinander an. Du kannst immer wieder neu sortieren und ergänzen, ohne das dafür Nägel in die Wand geklopft werden.

Dein Hyggelocke braucht nicht viel Platz, aber viel Liebe zum Detail

Auf die Kleinstigkeiten kommt es an, Kissen, Decke, ein Pouf (leiert als Möbel sein Comeback in vielen Formen) und ein Beistelltischchen sind die besten Komponenten. Sich für eine Zeit zurückziehen sollte man nicht mit Einigen verwechseln: Vielleicht hast du mal von „cocooning“ gehört? Dieser Trend kam im Zuge der Digitalisierung und von weltweiten Krisen auf. Inzwischen hat man

Selbermachen

Herzkissen ohne Nähen



SCHWIERIGKEITSGRAD: einfach
GROSSE: ca. 30 x 40 cm (größeres Kissen)
bzw. je nach T-Shirt Größe

DAZU BRAUCHST DU:
altes T-Shirt
ca. 225 g Füllwatte

Außerdem:
Schneiderkreide
Filzstift
Papier, DIN A3
Stoffschere

SO WIRD'S GEMACHT:
1. Schnapp dir als Erstes das Papier und male frei Hand ein Herz. Meins ist ca. 30 cm breit und 40 cm hoch. Die Größe richtet sich aber letztlich nach der Fläche des T-Shirts. Wenn

du noch weitere Shirts hast, kannst du, wie ich, noch kleineren Herzen dazu basteln, denn in der Gruppe sehen sie einfach am schönsten aus!

2. Schneide dein gemaltes Herz aus und lege es auf das T-Shirt. Dabei zeigt die Spitze des Herzens zum Halsausschnitt, um die Fläche bestmöglich auszunutzen. Übertrage nun die Umrisse der Vorlage auf das Shirt.

3. Das aufgemalte Herz schneidest du nun mit der Schere aus, und zwar doppeltlagig, so sind Vorder- und Rückseite des Kissens in einem Schritt erledigt und haben die gleichen Maße.

4. Damit sich das Kissen später zusammenklappen lässt, schneidest du nun in dem kompletten Band jeweils 4 cm lange Schlitzte im Abstand von 2 cm ein.

5. Jetzt beginnt das Kneten: Die entstandenen Fransens der Vorder- und der Rückseite werden jeweils mit einem Doppelnähten verknöten. Die letzten fünf Fransens lässt du allerdings offen.

6. Durch das Loch wird das Kissen nun mit Füllwatte gefüllt, dann werden die letzten Fransens miteinander verknöten.



Hol dir die Liebe ZUM LICHT

Indem Kugeln brennen, die sich nicht auflösen, sondern nur die Wärme abgeben, die du dir so viel tun lässt, dass du sie nicht brauchst. Die Kugeln sind ein Symbol für die Liebe, die du dir selbst schenken kannst. Sie sind ein Symbol für die Liebe, die du dir selbst schenken kannst. Sie sind ein Symbol für die Liebe, die du dir selbst schenken kannst.

Die Kugeln brennen, die sich nicht auflösen, sondern nur die Wärme abgeben, die du dir so viel tun lässt, dass du sie nicht brauchst.

Auf die romantischsten Stunden im Leben sind sie am besten. Aber es ist auch möglich, sie in der Handlung eines jeden Tages zu verwenden. Sie sind ein Symbol für die Liebe, die du dir selbst schenken kannst.



und die Kugeln, die du dir so viel tun lässt, dass du sie nicht brauchst. Die Kugeln sind ein Symbol für die Liebe, die du dir selbst schenken kannst. Sie sind ein Symbol für die Liebe, die du dir selbst schenken kannst.

Nicht vergessen, während dem...



Es ist ein Symbol für die Liebe, die du dir selbst schenken kannst. Sie sind ein Symbol für die Liebe, die du dir selbst schenken kannst. Sie sind ein Symbol für die Liebe, die du dir selbst schenken kannst.

Das große Hausbuch zum Trendthema Hygge

Mit Gemütlichkeit zu mehr Glück im Alltag

- ▶ Mit inspirierenden Texten zu den Themen Einrichten, Lichtgestaltung, Essen, Geselligkeit, Kleidung, Job & Outdoor-Aktivitäten
- ▶ Mit Rezepten und Anleitungen für kreative Wohn- und Wohlfühlideen
- ▶ Wunderschön gestaltet, mit praktischer Spiralbindung und Gummiband

Lieferbar!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Hygge – Glücklich im eigenen Heim

Hardcover, mit Spiralbindung und Gummiband-Verschluss, mit zahlreichen farbigen Abbildungen

192 Seiten

Format: 21 x 26 cm

Art.-Nr. 0/20/17986.00/FSM

ISBN 978-3-625-17986-3

€ 9,99





Loslassen und FREI WERDEN

Stellen Sie sich vor, Sie befinden sich auf einer großen Reise. Sie möchten die Welt erkunden, Menschen kennenlernen und dabei auch sich selbst näher kommen. Im Gepäck haben Sie alles, was Sie unterwegs brauchen könnten: Kleidung zum Wechseln, warme und leichte Bekleidung für alle Wetterlagen, Bergstiefel, falls der Weg steil wird. Einen Badeanzug und Badeschlappen, falls es Sie ans Meer verschlägt. Abendgarderobe, falls Sie unterwegs mal fein ausgehen möchten. Außerdem haben Sie genügend Proviant, Bücher und Zeitschriften mitgenommen und schließlich an jeder Ihrer bisherigen Stationen ein Souvenir gekauft.

Ihr Koffer oder Rucksack ist eigentlich viel zu schwer und ihn zu schleppen ganz schön anstrengend. Außerdem haben Sie manch-

mal gar keine Lust darauf, sich zu bewegen und etwas Neues zu entdecken – mit dem sperrigen Gepäck geht das nämlich nicht so gut. Es irgendwo herumstehen lassen können Sie aber auch nicht. Zu groß ist die Gefahr, dass Ihnen Ihre Sachen abhandenkommen.

ENTRÜPPELN IST WELLNESS FÜR KÖRPER UND SEELE.

Wahrscheinlich ahnen Sie, warum es in dieser »Gedankenreise« geht: Im übertragenen Sinne schleppen viele von uns solches Gepäck mit sich herum auf ihrer Reise durchs Leben. Wir möchten für alle Eventualitäten gerüstet sein und in jeder Situation gut aussehen. Dazu horten wir Dinge, die wir vermeintlich alle brauchen. Letztlich schränken sie uns jedoch mehr ein, als dass sie uns das Leben leichter machen. Wie gerne würden wir etwas davon loswerden! Aber wir wissen nicht so recht, wie und womit wir beginnen sollen.

INNERER UND ÄUSSERER BALLAST

Mit dem Ballast ist das so eine Sache. Man hat ihn sich nicht bewusst zugelegt, sondern glaubte etwas zu brauchen und wollte sich von diesem und jenem nicht sofort trennen. Über die Jahre hat sich immer mehr angesammelt. Oftmals schleift man die Idee, den Krepel loszuwerden, ebenso lange hinter sich her, wie das Zeug selbst. Doch selten ist es wirklich ein Mangel an Zeit, der uns am Entrümpeln hindert. Es ist vielmehr die Scheu davor, sich zu bewegen und zu entwickeln. Viele Gegenstände um uns herum scheinen Sicherheit zu vermitteln, darum horten und hüten wir sie.

ZEIT ZU BILANZIEREN

Wie schön wäre es, nur noch von Dingen umgeben zu sein, die man entweder braucht oder die einem wirklich Freude machen! Genau das ist das Ziel dieser Anleitung zum Loslassen und Neuordnen. Bei der Lektüre dieses Buches werden Sie Lust darauf bekommen, Bilanz zu ziehen, was Sie brauchen und was nicht. Auf den folgenden Seiten finden Sie zahlreiche Impulse zum darüber nachdenken, was Sie daran hindert, sich von Dingen zu trennen, die Sie nicht gebrauchen können und vielleicht sogar belasten. Ist man sich erst einmal dessen bewusst, was sich alles angesammelt hat, wird man auch zukünftige Anschaffungen bewusster auswählen.

2 - OFFEN FÜR VERÄNDERUNGEN

Offen sein für VERÄNDERUNGEN

WENN MAN EINMAL Lebensereignisse hat, dazu tendieren wir immer wieder zum Spinnen zu greifen und wenig mit den meisten Gegenständen zu tun haben, die wir in unserem Leben mit uns herumtragen. Das ist ein gewöhnliches Verhalten, das wir uns aber bewusst machen sollten. Denn wenn wir nicht offen für Veränderungen sind, werden wir uns nicht weiterentwickeln können. Das heißt aber nicht, dass wir alles loslassen müssen, sondern nur, dass wir offen für Veränderungen sein müssen. Das heißt aber nicht, dass wir alles loslassen müssen, sondern nur, dass wir offen für Veränderungen sein müssen.

DIE DINGE NEHMEN, WIE SIE SIND. ES IST WIE ES IST. Das ist ein wichtiger Grundsatz. Wenn wir Dinge nehmen, wie sie sind, und es ist wie es ist, dann können wir sie leichter loslassen, wenn wir sie nicht mehr brauchen. Das ist ein wichtiger Grundsatz. Wenn wir Dinge nehmen, wie sie sind, und es ist wie es ist, dann können wir sie leichter loslassen, wenn wir sie nicht mehr brauchen.

SCHLECHTE GEWÖHNHEITEN Auch wenn wir sie nicht mehr brauchen, können wir sie trotzdem noch für eine Zeitlang behalten. Das ist eine schlechte Gewohnheit. Wenn wir sie nicht mehr brauchen, sollten wir sie loslassen. Das ist ein wichtiger Grundsatz. Wenn wir Dinge nehmen, wie sie sind, und es ist wie es ist, dann können wir sie leichter loslassen, wenn wir sie nicht mehr brauchen.

DIE FREUDEN VON LOSLASSEN Wenn wir Dinge loslassen, können wir uns leichter auf neue Dinge einstellen. Das ist ein wichtiger Grundsatz. Wenn wir Dinge nehmen, wie sie sind, und es ist wie es ist, dann können wir sie leichter loslassen, wenn wir sie nicht mehr brauchen.

Gute Vorbereitung IST ALLES

WO FANGEN SIE AN? Wenn Sie sich für das Loslassen interessieren, sollten Sie sich zuerst Gedanken machen, was Sie loslassen möchten. Das ist ein wichtiger Grundsatz. Wenn wir Dinge nehmen, wie sie sind, und es ist wie es ist, dann können wir sie leichter loslassen, wenn wir sie nicht mehr brauchen.

FUNKTION FÜR EIN GRÖßERES ZIEL

1. FUNKTION FÜR EIN GRÖßERES ZIEL Wenn wir Dinge loslassen, können wir uns leichter auf neue Dinge einstellen. Das ist ein wichtiger Grundsatz. Wenn wir Dinge nehmen, wie sie sind, und es ist wie es ist, dann können wir sie leichter loslassen, wenn wir sie nicht mehr brauchen.

2. NEHMEN SIE SICH ZEIT FÜR SICH SELBST

2. NEHMEN SIE SICH ZEIT FÜR SICH SELBST Wenn wir Dinge loslassen, können wir uns leichter auf neue Dinge einstellen. Das ist ein wichtiger Grundsatz. Wenn wir Dinge nehmen, wie sie sind, und es ist wie es ist, dann können wir sie leichter loslassen, wenn wir sie nicht mehr brauchen.

Richtig aufräumen und frei sein

Endlich Ordnung schaffen und frischen Wind in Wohnung und Seele bringen

NEU!
9,99€

- ▶ Ausmisten, aufräumen, frei fühlen
- ▶ Mit zahlreichen Tipps und Ideen für Kleiderschrank und Bad, Küche und Arbeitszimmer, Balkon, Keller und Garage
- ▶ Frei werden von seelischem und materiellem Ballast



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldbirtschaft

**Erscheint im
März 2018**

Das magische Aufräumbuch

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
160 Seiten

Format: 19 x 24,5 cm
Art.-Nr. 0/20/18141.00/FSM
ISBN 978-3-625-18141-5

€ 9,99





VERRÜCKTE FILMREKORDE

Film ab! Egal ob Hollywood oder Bollywood – in der spannenden und glamourösen Welt des Kinos wird über die Berühmten und die nicht so Berühmten genau Buch geführt ...



TEUERER REKORD-FILM



Titantische Rekorde

<http://youtu.be/2e-eXjHhGkQ>
Der 1997 entstandene Film „Titanic“ mit Leonardo DiCaprio und Kate Winslet war seinerzeit der teuerste aller Zeiten. Aber es hat sich gelohnt! „Titanic“ wurde zum erfolgreichsten Film sowohl an der Kinokasse als auch bei den Kritikern. Er erhielt die meisten Oscar-Nominierungen (14, gleichauf mit „All About Eve“) und gewann auch die meisten Oscars (elf, gleichauf mit „Ben Hur“). Es spielte 2,2 Milliarden Dollar ein und steht damit an zweiter Stelle der kommerziell erfolgreichsten Filme (Platz 1: „Avatar“).



Teures Traumkleid

<http://yt.vu/RPW3kavkFQ>
Am 19. Mai 1962 tänzelte Marilyn Monroe während der Gala zum 45. Geburtstag von Präsident John F. Kennedy auf die Bühne des Madison Square Garden, legte ihren Pelz-umhang ab und sang ihr berühmtes „Happy Birthday, Mister President“. Unter dem Pelz trug Marilyn ein hauchdünnes, perlenbesetztes Kleid, das so eng war, dass sie darin eingnäht werden musste. Der Auftritt war einer der glanzvollsten Momente jener Zeit. 54 Jahre später kam das Kleid unter den Hammer: Es wurde vom Unternehmen Ripley's Believe It Or Not gekauft, und zwar für stolze 4,8 Millionen Dollar – der höchste Preis, der jemals für ein Kleid gezahlt wurde!



GRÖSSTER TWITTER-ERFOLG

Selfie-Vermehrung

<http://youtu.be/GsWj51uGnI>
Dies war das Bild, das auf Millionen Smartphones und Tablets erschien, nachdem Ellen DeGeneres es während der 86. Oscar-Verleihung auf Twitter gepostet hatte. Es ist die am häufigsten geteilte Twitternachricht aller Zeiten (bis jetzt mehr als drei Millionen Retweets). Das Selfie zeigt die Hollywoodstars Jared Leto, Jennifer Lawrence, Channing Tatum, Meryl Streep, Julia Roberts, Kevin Spacey, Brad Pitt, Lupita Nyong'o, Angelina Jolie, Peter Nyong'o und Bradley Cooper, der das Foto machte. Ellens Twitter-Kommentar: „Wenn Bradleys Arm nur länger wäre. Bestes Foto aller Zeiten. #oscars“

Statistisch!

<http://youtu.be/miux04yIOV4>
Der berühmte Regisseur Richard Attenborough hatte ein echtes Problem, als er 1960 in Indien den Film „Gandhi“ drehte. Er war entschlossen, das Leben des großen Mannes so genau wie möglich wiederzugeben, und musste nun ein Begräbnis filmen, an dem eine Million Menschen teilgenommen hatten. Er beschloss, die Szene am 23. Jahrestag von Gandhis Begräbnis zu drehen, und schaffte es, dafür 300.000 Freiwillige und Schauspielern zu verpflichten – das sind die meisten Statisten, die jemals in einem Film mitgespielt haben.



Spüre die Macht

<https://www.youtube.com/watch?v=GbxdDFVnE>
Im Dezember 2015 war es so weit: Der Film „Star Wars: Das Erwachen der Macht“ spielte in nur zwölf Tagen eine Milliarde Dollar ein – so schnell hatte das noch kein Film geschafft! Der Streifen, dessen Produktionskosten sich auf 200 Millionen Dollar beliefen, wurde zum dritterfolgreichsten Film aller Zeiten – nach den James-Cameron-Movies „Titanic“ (1997) und „Avatar“ (2009). „Das Erwachen der Macht“ gedreht von J. J. Abrams, konnte noch weitere Rekorde verbuchen und spielte insgesamt 2,1 Milliarden Dollar ein.

IRRE ESSENSREKORDE

Lebensmittel sind nicht nur zum Essen da. Man verwendet sie in der Kunst, zum Basteln, in der Freizeit – und um Rekorde aufzustellen. Hier einige Beispiele ...



Kürbis-Koloss

Auf einem Ackerbau in die Welt hinein, um den Kürbis zu gewinnen, der eine Kugel ist, die für einen Rekord im Guinness-Buch der Rekorde eingetragen ist. Der Kürbis wurde im Oktober 2014 in den USA angebaut und wog 1200 Kilogramm. Er wurde von einem Mann geerntet, der ihn in einem Feld in der Nähe von Danvers, North Carolina, angebaut hat. Der Kürbis wurde für 10.000 Dollar verkauft. Er ist der größte Kürbis aller Zeiten.



Kaffee-Kunst

Ein weiterer Rekord in der Welt der Rekorde ist die Herstellung von Kaffee. Ein Kaffeehaus in New York hat einen Kaffee gebrüht, der aus 1000 Kilogramm Kaffeebohnen besteht. Der Kaffee wurde in einem 1000-Liter-Kessel gebrüht und dauerte 12 Stunden. Er wurde für 10.000 Dollar verkauft. Er ist der größte Kaffee aller Zeiten.



Spaghett-Connection

Ein weiterer Rekord in der Welt der Rekorde ist die Herstellung von Spaghetti. Ein Mann hat eine Spaghetti gebacken, die aus 1000 Kilogramm Spaghetti besteht. Die Spaghetti wurden in einem 1000-Liter-Kessel gebacken und dauerte 12 Stunden. Sie wurden für 10.000 Dollar verkauft. Sie sind die größten Spaghetti aller Zeiten.

WILDE WELTREKORDLER

Ein weiterer Blick in die Wildnis fördert ein sehr bizarres Feuerspiel, eine äußerst aggressive Ameise, einen Riesententfisch und ein ungewöhnliches Falttier zutage.



Achtung, Ameise!

Die Ameisen sind die gefährlichsten Tiere der Welt. Sie sind in der Lage, einen Menschen zu töten. Eine Ameise hat einen Rekord gebrochen, indem sie einen Menschen gebissen hat. Die Ameise wurde für 10.000 Dollar verkauft. Sie ist die gefährlichste Ameise aller Zeiten.



Bazaaz sachte

Ein weiterer Rekord in der Welt der Rekorde ist die Herstellung von Bazaaz. Ein Mann hat einen Bazaaz gebacken, der aus 1000 Kilogramm Bazaaz besteht. Der Bazaaz wurde in einem 1000-Liter-Kessel gebacken und dauerte 12 Stunden. Er wurde für 10.000 Dollar verkauft. Er ist der größte Bazaaz aller Zeiten.

Monster-Kalmar

Ein weiterer Rekord in der Welt der Rekorde ist die Herstellung von Kalmaren. Ein Mann hat einen Kalmar gebacken, der aus 1000 Kilogramm Kalmar besteht. Der Kalmar wurde in einem 1000-Liter-Kessel gebacken und dauerte 12 Stunden. Er wurde für 10.000 Dollar verkauft. Er ist der größte Kalmar aller Zeiten.



Mollige Wolle

Ein weiterer Rekord in der Welt der Rekorde ist die Herstellung von Molligen. Ein Mann hat eine Mollige gebacken, die aus 1000 Kilogramm Mollige besteht. Die Mollige wurde in einem 1000-Liter-Kessel gebacken und dauerte 12 Stunden. Sie wurden für 10.000 Dollar verkauft. Sie sind die größten Molligen aller Zeiten.

Sensationell, atemberaubend und verrückt!

NEU!
7,99€

Das erste Rekorde-Buch der Welt mit mehr als 250 QR-Codes voller Action und Fun – einfach mit dem Smartphone oder Tablet einscannen oder den Link eingeben und das Video anschauen

- ▶ 180 spektakuläre Farbfotos begleitet von Fakten, Tratsch und Wissenswertem
- ▶ Für alle YouTube-Surfer und Neulinge in der fantastischen Welt voller Clips und Videos



YouTube Weltrekorde

kartontiert, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
128 Seiten

Format: 20,5 x 26,9 cm
Art.-Nr. 0/20/18051.00
ISBN 978-3-625-18051-7

€ 7,99



9 783625 180517

Inoffiziell und nicht autorisiert



ALLGEMEINE HYGIENE

Gesundheit und Wohlbefinden durch richtige Körperpflege ■ ■ ■

Baden

Das wöchentliche Baden ist eine häufige Gewohnheit, die viele Pflegebedürftige fortführen möchten, sich jedoch oft alleine nicht mehr trauen. Das Bad dient dabei nicht nur der wöchentlichen Reinigung zusätzlich zu Waschen und Duschen, sondern auch der Reinigung im Bedarfsfall bei verstärkter Verschmutzung wie z. B. bei gemäßigter Stuhl- und Urinkontinenz, aber auch der Entspannung und der Förderung des Wohlbefindens.

Zum Schutz des Pflegebedürftigen sowie zu ihrer eigenen Sicherheit sollten Sie z. B. bei körperlicher Schwäche, Gelenkproblemen, starkem Übergewicht oder unvollständiger Lähmung (Parese) stets einen Wannenhilfen (z. B. Aquatec[®]) verwenden. Sonst besteht die Gefahr, den Pflegebedürftigen nicht mehr oder nur unter Gefahr von Rücken-

Achtung

Bei folgenden Erkrankungen darf der Pflegebedürftige fortzuführen möchten, sich jedoch oft alleine nicht mehr trauen. Das Bad dient dabei nicht nur der wöchentlichen Reinigung zusätzlich zu Waschen und Duschen, sondern auch der Reinigung im Bedarfsfall bei verstärkter Verschmutzung wie z. B. bei gemäßigter Stuhl- und Urinkontinenz, aber auch der Entspannung und der Förderung des Wohlbefindens.

- bei offenen Wunden
- bei Schädelhirnverletzungen
- bei Infektionen
- nach Operationen
- bei Herz- und Kreislauferkrankungen

schäden aus der Wanne zu bekommen. Die Wannenhilfen sind bei anerkannter Pflegebedürftigkeit als Pflegehilfsmittel vom Hausarzt rezeptierbar oder können vom Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) bei der Einstufung in die Pflegeversicherung gleich als nötig attestiert werden.



Transfer in die Badewanne

1. Der Pflegebedürftige beugt sich weit vor. Die Füße stehen versetzt neben denen des Pflegenden. 2. Der Pflegebedürftige streckt die Knie, hebt das Becken an und dreht sich zur Wanne. 3. Der Pflegende hilft bei der Drehung, bis der Pflegebedürftige auf dem Wannennrand sitzt. 4. Der Pflegebedürftige hebt ein Bein nach dem anderen über den Wannennrand. 5. Er gleitet, vom Pflegenden gestützt, über die Schräge ins Wasser.

Vorsicht bei Herz- und Kreislauferkrankungen

Bei Pflegebedürftigen mit Herz- und Kreislauferkrankungen ist Vorsicht geboten. Hier sollte Sie unbedingt vor jedem Bad zumindest Puls und Blutdruck überprüfen und den Pflegebedürftigen während des Badens genau beobachten, um beim Auftreten von Komplikationen rechtzeitig reagieren zu können. Ein Verbot darf bei Pflegebedürftigen mit Herz- und Kreislauferkrankungen nur auf ärztliche Anordnung durchgeführt werden, weil bereits die physiologischen Kreislaufreaktionen zu Komplikationen führen können. Überfordern die Kreislaufreaktionen vorgeschädigte Organe, drohen Beklemmung, Atemnot und Herzklopfen bis hin zum Kollaps. Physiologische Kreislaufreaktionen und entsprechende Pflegemaßnahmen sind:

- Die Hautgefäße weiten sich bei höherer Wassertemperatur. Blut „versackt“ in der Peripherie. Bei bekannter Kollapsneigung lassen Sie den Pflegebedürftigen daher nur kurz bei niedriger Temperatur (35°C) baden
- Der Wasserdruck erhöht den Rückstrom des Blutes zum Herz, weil dadurch oberflächliche Beinvenen komprimiert werden. Dies ist insbesondere für Pflegebedürftige mit Herzinsuffizienz schädlich. Um Komplikationen zu verhindern, füllen Sie die Wanne bei älteren und schwachen Pflegebedürftigen nur bis zur Nabelhöhe.

wichtig, den Pflegebedürftigen nicht gleich nach dem Essen baden zu lassen, sondern damit erst zwei Stunden zu warten. Achten Sie außerdem darauf, dass die Wassertemperatur weder zu heiß noch zu kalt ist (ca. 36-38°C), und beobachten Sie während des Bads Atmung, Kreislauf und Hautfarbe des Pflegebedürftigen, um notfalls mögliche Zwischenfälle schnell zu erkennen. Falls Sie den Pflegebedürftigen beim Baden allein lassen, sollten Sie zudem stets in Hörweite bleiben.

Reinigungsbad durchführen

Das Reinigungsbad dient der Säuberung und Erfrischung des Pflegebedürftigen. Meist freut sich der Pflegebedürftige auf ein Bad, da eine Reinigung in der Badewanne angenehmer und wohltuender ist als im Bett bzw. am Waschbecken.

Vorbereitung

Richten Sie zunächst alle benötigten Utensilien her. Dazu gehören zwei Waschlappen, ein (vorgewärmtes) Badetuch, Waschlotion bzw. Seife und ein Schaumbad bzw. ein (ärztlich angeordnetes) Badezusatz. Legen Sie außerdem Haut- und sonstige Pflegemittel, eine Nagelschere, Shampoo, Föhn und Kamm bzw. Bürste sowie Pflegekosmetika und frische Kleidung bereit. Achten Sie darauf, dass die Temperatur im Badezimmer mindestens 20°C, besser 22°C beträgt, sodass der Pflegebedürftige vor und nach dem

Beim Baden beachten
Einige Hinweise sollten Sie generell beim Baden von Pflegebedürftigen beachten. So ist es beispielsweise

Pflegewissen zum Nachschlagen

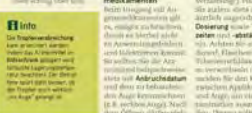
Anwendung von Augentropfen, -salben und -prothesen

Die Behandlung von Augenerkrankungen umfasst die Anwendung von Augentropfen, -salben und -prothesen. Es ist wichtig, die Anwendung korrekt zu erlernen, um die Wirksamkeit der Behandlung zu gewährleisten. Bei der Anwendung von Augentropfen ist es wichtig, die Handhygiene zu beachten und die Flasche nicht mit dem Finger zu berühren. Bei der Anwendung von Augensalben ist es wichtig, die Handhygiene zu beachten und die Salbe nicht mit dem Finger zu berühren. Bei der Anwendung von Augenprothesen ist es wichtig, die Handhygiene zu beachten und die Prothese nicht mit dem Finger zu berühren.



Einleitung des Betroffenen

Die Einleitung des Betroffenen ist ein wichtiger Schritt bei der Pflege. Es ist wichtig, den Betroffenen über die Pflege zu informieren und seine Bedürfnisse zu berücksichtigen. Bei der Einleitung des Betroffenen ist es wichtig, die Handhygiene zu beachten und die Prothese nicht mit dem Finger zu berühren.



Demenz

Alzheimer-Demenz

Alzheimer-Demenz ist eine progressive neurodegenerative Erkrankung, die zu einer fortschreitenden Beeinträchtigung der kognitiven Fähigkeiten führt. Die Symptome umfassen unter anderem Gedächtnisverlust, Orientierungslosigkeit und Persönlichkeitsveränderungen. Die Behandlung von Alzheimer-Demenz umfasst die Anwendung von Medikamenten, die die Symptome lindern, sowie die Unterstützung der Betroffenen durch Pflegekräfte und Angehörige.



Pflege von Menschen mit Demenz

Die Pflege von Menschen mit Demenz ist eine herausfordernde Aufgabe, die eine hohe Sensibilität und Geduld erfordert. Es ist wichtig, die Bedürfnisse der Betroffenen zu berücksichtigen und sie in ihrer Autonomie zu unterstützen. Die Pflege von Menschen mit Demenz umfasst die Anwendung von Medikamenten, die die Symptome lindern, sowie die Unterstützung der Betroffenen durch Pflegekräfte und Angehörige.



Gut beraten im Pflegefall

Ein unverzichtbares Nachschlagewerk, das Angehörigen die tägliche Pflegearbeit erleichtert

- ▶ Alle Inhalte stammen aus den Fachredaktionen des renommierten Medizinverlags Urban & Fischer bei Elsevier
- ▶ Für pflegende Laien zusammengestellt und verständlich aufbereitet
- ▶ Über 350 Seiten kompetentes Wissen, übersichtlich und aktuell

NEU!
14,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

Pflege zu Hause

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
368 Seiten

Format: 19 x 24,5 cm
Art.-Nr. 0/20/17881.00/FSM
ISBN 978-3-625-17881-1

€ 14,99





« Bulli-Parade: 60 Jahre nach der ersten Kleinskizze des Niederländers Ben Pon zum VW-Transporter von 1947 zog es im Oktober 2007 an drei Tagen über 70 000 Besucher auf das Messegelände in Hannover. Auf dem internationalen VW-Bus-Treffen „60 Jahre Bulli“ konnten die Freunde des Kult-Transporters mehr als 3500 historische Bullis bewundern. Bis zur Serienfertigung des VW-Busses vergingen nach Pons Skizze allerdings noch drei Jahre. Die ersten zehn VW-Transporter rollten in Wolfsburg am 8. März 1950 vom Band.



« Fertigung von VW-Bussen in Volkswagenwerk Hannover. Die Erfindung 01 des Bus wurde gegen 100 Mitarbeiter in der waldschattigen Endmontagehalle im März 1950 gefertigt. Im 1952/1953 wurde der erste VW-Bus in Deutschland produziert. Der Prototyp wurde im März 1950 fertiggestellt. Die ersten Prototypen vom Band der Serienproduktion der gesamten Volkswagen Gruppe am 23. April

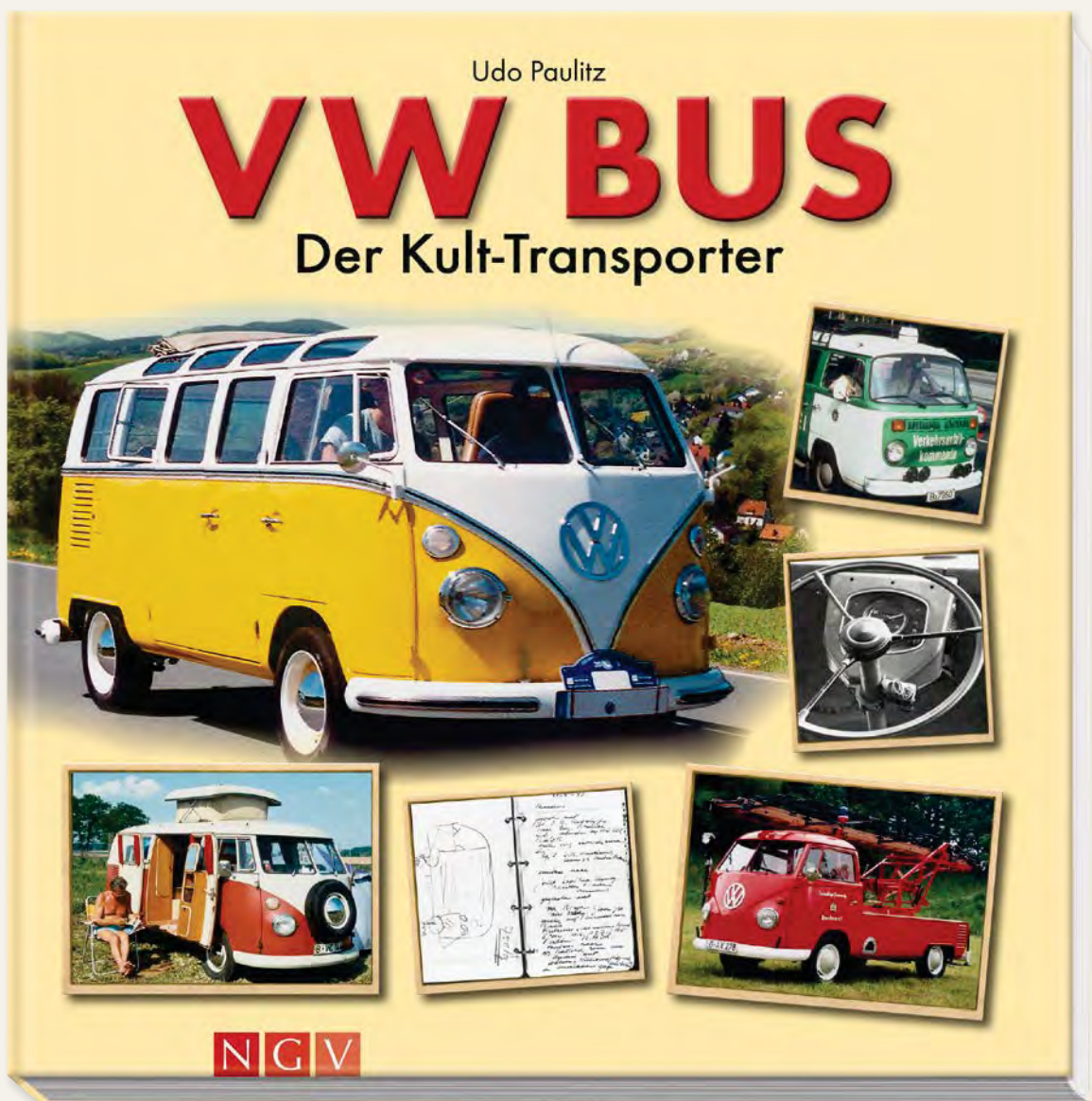


„Bulli“ ist der Beste

Eine faszinierende Zeitreise durch die Bulli-Geschichte vom T1 bis zum T3

NEU!
7,99€

- ▶ Fundiert, fesselnd und unterhaltsam
- ▶ Über 100 wunderschöne historische und aktuelle Fotos
- ▶ Ideal zum Verschenken und Sich-selber-Schenken



VW Bus – Der Kult-Transporter

gebunden, mit zahlreichen s/w- und farbigen Abbildungen

128 Seiten

Format: 22 x 22 cm

Art.-Nr. 0/20/18085.00/FSM

ISBN 978-3-625-18085-2

€ 7,99



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Beginnen mit Schach

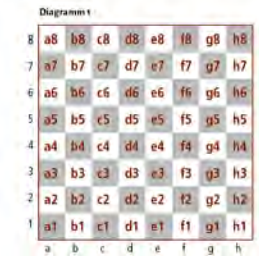
Schach ist ein Brettspiel für zwei Spieler und wird auf einem quadratischen Spielfeld aus acht mal acht abwechselnd hellen und dunklen Feldern gespielt. Unabhängig von ihrer tatsächlichen Farbe bezeichnet man die helleren Felder als „weiß“, die dunkleren als „schwarz“. Jeder der beiden Spieler verfügt zu Beginn der Partie über einen Figurensatz aus 16 Schachfiguren: einem König, einer Dame, jeweils zwei Türmen, Läufern und Springern sowie acht Bauern. Die beiden Figurensätze sind unterschiedlich gefärbt: Die dunkleren Figuren werden „schwarz“, die helleren „weiß“ genannt.

1. Schachbrett und Bauer

Vor Beginn einer Schachpartie legen die Spieler das Schachbrett so zwischen sich, dass jeder eine Seite des Brettes vor sich hat und das vordere linke Eckfeld jeweils schwarz ist. Manche Schachbretter sind mit Buchstaben und Zahlen beschriftet, in diesem Fall sieht nun jeder Spieler am unteren Bretttrand die Buchstaben von a bis h, an den Seiten die Zahlen 1 bis 8.

Die Gruppen von acht Feldern, die vertikal über das Schachbrett von einem Spieler zum anderen (also von oben nach unten) verlaufen, nennt man Linien. Sie werden nach dem jeweiligen Buchstaben als a-Linie, b-Linie usw. bis zur h-Linie bezeichnet. Die horizontal (von links nach rechts) verlaufenden Feldergruppen heißen Reihen; gemäß der jeweiligen Zahl am Bretttrand werden sie 1. Reihe, 2. Reihe usw. bis 8. Reihe genannt. Die Reihe, die dem Spieler am nächsten ist, wird als Grundreihe bezeichnet. Die 1. Reihe ist die weiße, die 8. Reihe die schwarze Grundreihe.

Jedes der 64 Felder kann durch eine Kombination aus dem Buchstaben seiner Linie und der Zahl seiner Reihe eindeutig bestimmt werden, zum Beispiel e5, f7, a2.

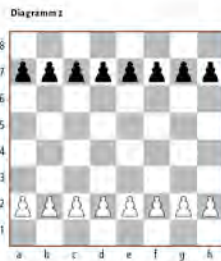


Das leere Schachbrett

Ein Schachzug besteht im Versetzen einer eigenen Figur von ihrem Standort auf ein anderes Feld (Zielfeld). Figuren des Gegners darf man nicht ziehen. Den ersten Zug führt Weiß aus, danach ziehen die Spieler immer abwechselnd. Der Spieler, der am Zug ist, muss ziehen. Es ist nicht möglich, auf seinen Zug zu verzichten.

Der Bauer

Die kleinste aller Schachfiguren ist der Bauer. Zu Beginn der Partie stehen die acht weißen Bauern auf der 2. Reihe, die schwarzen auf der 7. Reihe.



Die Aufstellung der Bauern zu Partiebegrinn

Der Bauer unterscheidet sich von allen anderen Figuren dadurch, dass er nur nach vorne bewegt werden kann. Mit jedem Zug nähert sich ein Bauer daher der gegnerischen Grundreihe an. Für die in diesem Buch abgedruckten Diagramme, bei denen die schwarze Grundreihe jeweils oben abgebildet ist,

bedeutet das: Weiße Bauern ziehen immer „nach oben“, schwarze Bauern „nach unten“.

Die Bauern dürfen pro Zug um ein Feld nach vorne gezogen werden – zum Beispiel ein weißer Bauer von d3 nach d4 oder ein schwarzer Bauer von g4 nach g3. Eine Ausnahme gilt für Bauern, die noch auf ihrem Ausgangsfeld stehen. Sie dürfen wahlweise ein Feld oder zwei Felder nach vorne bewegt werden. Ein weißer Bauer auf e2 kann also nach e3, aber auch mit einem Zug direkt nach e4 gezogen werden.

Ist das Feld vor einem Bauern durch eine Figur besetzt, kann er nicht weiterziehen. Dabei ist es unerheblich, ob der Bauer durch einen eigenen oder einen gegnerischen Stein blockiert wird. Ein Bauer darf auch nicht seinen Doppelschritt nutzen, um über das Hindernis zu springen – selbst wenn das übernächste Feld frei wäre.



Welche Züge sind möglich?

Taktik: Material gewinnen

Wenn Sie nur einen weißen Stein, zum Beispiel einen König, zu erobern, werden Sie – außer gegen Anleiter – nur wenige Punkte gewinnen. Die Schachpartie heißt aber eine Reihe taktischer Manöver, die nach klugen Zügen in Bestimmen möglichen Fällen, in denen Kapital immer gut einzusetzen ist, zu einem Sieg führen können. Ein Spieler, der einen Vorteil erzielt, hat einen Vorteil. Ein Spieler, der einen Nachteil erleidet, hat einen Nachteil. Ein Spieler, der einen Vorteil erzielt, hat einen Vorteil. Ein Spieler, der einen Nachteil erleidet, hat einen Nachteil.

23. Figuren fangen

Die Figuren fangen ist ein wichtiger Bestandteil des Schachs. Es geht darum, die Figuren des Gegners zu erobern. Ein Spieler, der eine Figur fängt, gewinnt Punkte. Ein Spieler, der eine Figur verliert, verliert Punkte. Ein Spieler, der eine Figur fängt, gewinnt Punkte. Ein Spieler, der eine Figur verliert, verliert Punkte.



Ein Diagramm ist die Repräsentation eines Schachbretts. Es zeigt die Positionen der Figuren auf dem Brett. Ein Diagramm ist die Repräsentation eines Schachbretts. Es zeigt die Positionen der Figuren auf dem Brett.

Ein Diagramm ist die Repräsentation eines Schachbretts. Es zeigt die Positionen der Figuren auf dem Brett. Ein Diagramm ist die Repräsentation eines Schachbretts. Es zeigt die Positionen der Figuren auf dem Brett.

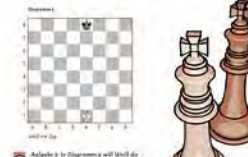
Ein Diagramm ist die Repräsentation eines Schachbretts. Es zeigt die Positionen der Figuren auf dem Brett. Ein Diagramm ist die Repräsentation eines Schachbretts. Es zeigt die Positionen der Figuren auf dem Brett.

Die Diagonale

Die Diagonale ist eine wichtige Linie im Schach. Sie verläuft von oben links nach unten rechts. Die Diagonale ist eine wichtige Linie im Schach. Sie verläuft von oben links nach unten rechts.



Die Diagonale ist eine wichtige Linie im Schach. Sie verläuft von oben links nach unten rechts. Die Diagonale ist eine wichtige Linie im Schach. Sie verläuft von oben links nach unten rechts.



Welche Züge sind möglich?

Ein Diagramm ist die Repräsentation eines Schachbretts. Es zeigt die Positionen der Figuren auf dem Brett. Ein Diagramm ist die Repräsentation eines Schachbretts. Es zeigt die Positionen der Figuren auf dem Brett.

Stufe für Stufe vom Einsteiger zum Könner

Von den Grundregeln bis zum ausgeklügelten Matchplan

- ▶ Einfach, effektiv und pädagogisch fundiert – so lernt man heute Schach
- ▶ Mit 100 Übungsaufgaben, zahlreichen Merksätzen und Trainingsempfehlungen
- ▶ Spaß am Schachspiel von Anfang an
- ▶ Auch für Kinder ab 10 Jahren und für den Einsatz im Schachunterricht geeignet

NEU!
8,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

Schach für Einsteiger

gebunden, mit zahlreichen
Diagrammen und farbigen
Abbildungen

256 Seiten

Format: 16 x 20 cm

Art.-Nr. 0/20/17773.00/FSM

ISBN 978-3-625-17773-9

€ 8,99





LAMATASTISCHE EINLADUNGSKARTE

DU WILLST EINE LAMATASTISCHE FETE SCHMEIßEN? NO PROBLAMA! EINFACH EIN BISSCHEN LAMA-FLÄSK UND SCHON HAST DU EINE RICHTIG COOLE EINLADUNGSKARTE. UND DAS PASSENDE MOTTO DAZU! BEI DIESER PARTY WILL JEDER DABEI SEIN!

SCHWIERIGKEITSGRAD:

MATERIAL

- Fotokarton in Mint und Petrol, A4
- Rest Desigkarton in Blau gemustert
- Bommelborte in Rosa, ca. 20 cm lang, 1 cm breit
- Feinliner in Schwarz

SO WIRD'S GEMACHT:

1. Mithilfe von Falzbein und Lineal den Motivkarton mittig falzen und zu einer Doppelkarte zusammenklappen. Die gemusterte Seite ist innen. Die Kartenecken mit der Schere gleichmäßig abrunden.

2. Das Lama laut Vorlage auf das petrofarbene Tonpapier übertragen und sorgfältig ausschneiden.

3. Das Lama auf die Vorderseite der Karte kleben, dabei die Grundfläche aussparen. Trocknen lassen, dann die Ohren etwas nach oben biegen. So entsteht ein schöner 3D-Effekt.

4. Zum Schluss die Augen und das Fell aufmalen: die Augen rot wipern, Huten, und viele Bögen als flauschiges Fell.

TIPP

STATT FOTOKARTON KANNST DU AUCH STRUKTURKARTON VERWENDEN!

16



Lecker. Lustig. Lamarama!

Die Lamas kommen: Das ultimative Fanbuch zum neuen Trendtier

- ▶ Zahlreiche lamatastische Projekte zum Backen, Basteln und Selbermachen
- ▶ Freche Sprüche rund ums Lama und farbenfrohe Gestaltung
- ▶ Das perfekte Geschenk für alle Lama-Fans und solche, die es noch werden wollen

NEU!
7,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

**Erscheint im
April 2018**

**Das große
Lama-Fanbuch**

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
96 Seiten

Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr.0/20/17597.00/FSM
ISBN 978-3-625-17597-1

€ 7,99

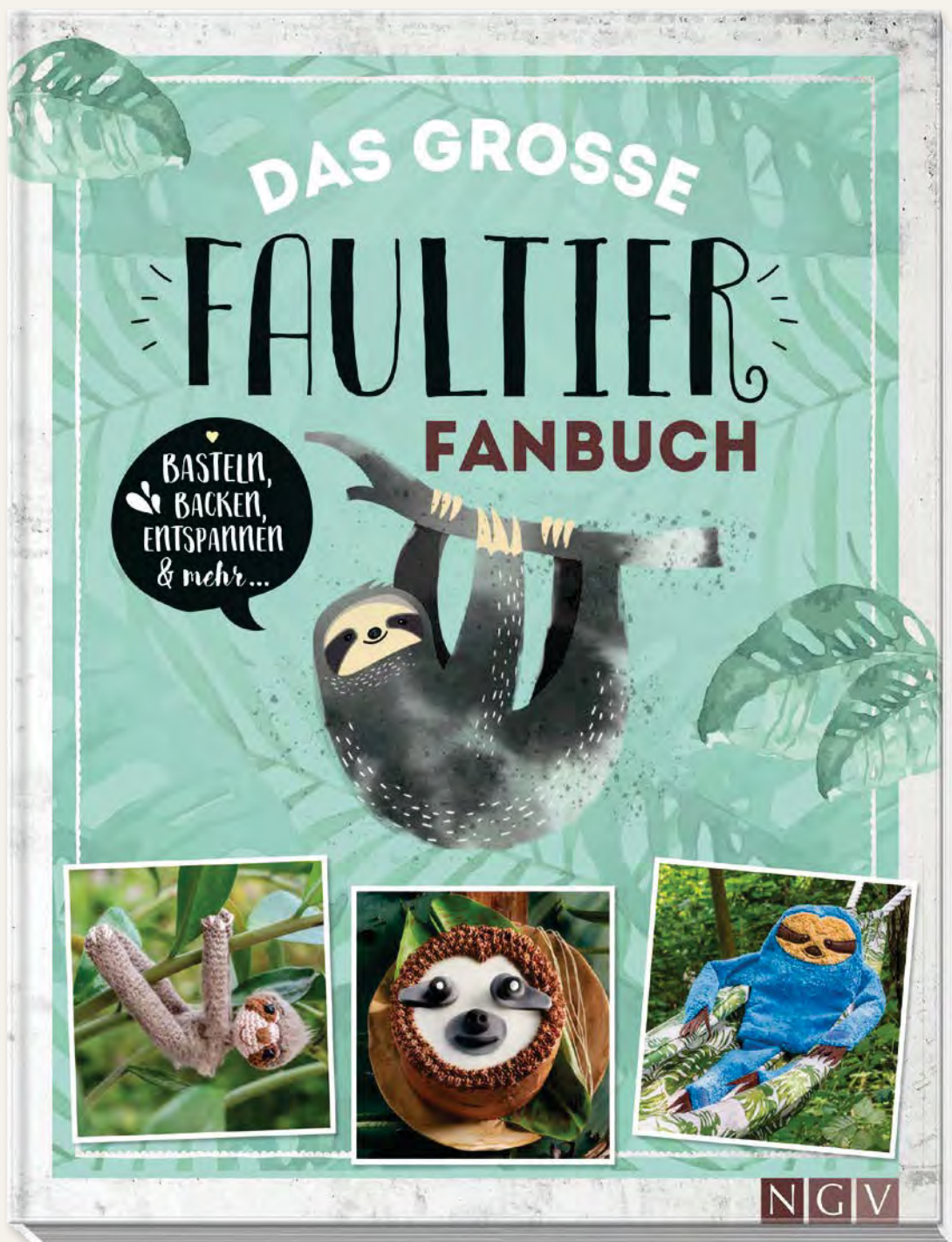


Mach's wie das Faultier – mach dich locker!

Passend zum Riesentrend: Faultier-Fanbuch voller Gelassenheit und Glück

- ▶ Zahlreiche entspannende Faultierprojekte zum Backen, Basteln, Häkeln und Nähen
- ▶ Gemütlich gestaltet, perfekt zum Abschalten, Genießen und Glücklichein

Lieferbar!
7,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Das große Faultier-Fanbuch

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
96 Seiten

Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17987.00/FSM
ISBN 978-3-625-17987-0

€ 7,99



Mega-Trend Einhorn: DAS Fan- und Ausmalbuch für alle Einhorn-Fans!

Lieferbar!
7,99€



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

- ▶ 30 wunderschöne Einhorn-Projekte zum Basteln, Häkeln und Backen

Das große Einhorn-Fanbuch

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen, Folienprägung und Glitzerlack
96 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17944.00/FSM
ISBN 978-3-625-17944-3

€ 7,99



9 783625 179443

- ▶ Ausmalen & Träumen: das Ausmalbuch für echte Einhorn-Fans mit über 80 wunderschönen Motiven



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Das große Einhorn-Ausmalbuch

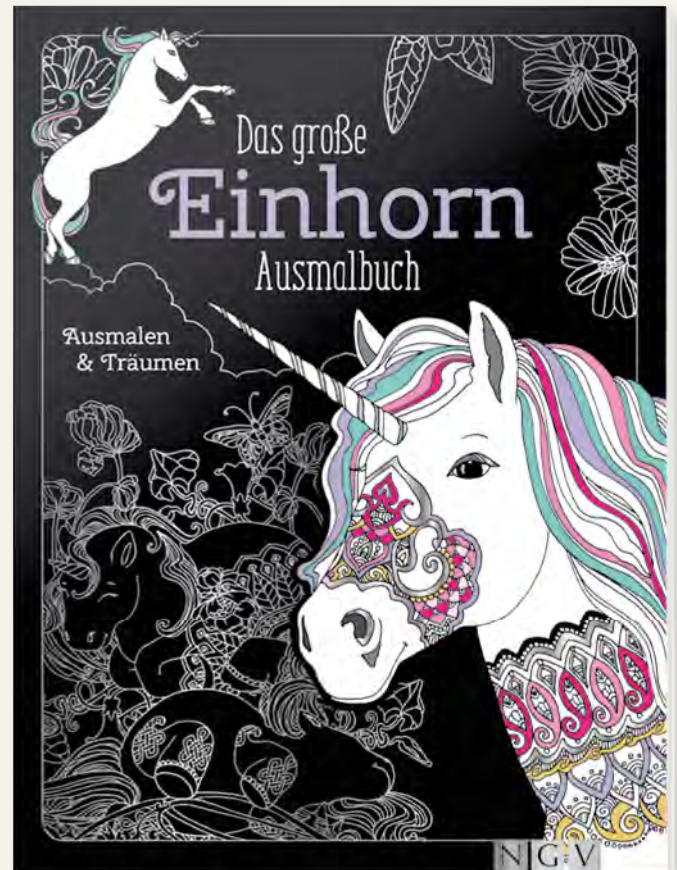
kartoniert, s/w,
Silberfolienprägung
96 Seiten
Format: 21 x 28 cm
Art.-Nr. 0/20/17937.00/FSM
ISBN 978-3-625-17937-5

€ 5,99*



9 783625 179375

Lieferbar!
5,99€



Mit vielen Extras zum Downloaden und Ausdrucken per Weblink und QR-Code:

- ▶ Liebevoll gestaltete Geburtsanzeige mit Origami-Briefumschlag und Bastelanleitung per Video
- ▶ 5 bezaubernde Gutenacht-Märchen für die Allerkleinsten
- ▶ 6 leckere Rezepte fürs Baby zum Nachkochen
- ▶ Ideen-Liste zum Packen für Babys Koffer
- ▶ Witzige Einladungskarte zur Geburtstagsparty



Hier bin ich!

Wo wurde ich geboren? _____

Zu welcher Uhrzeit? _____

Kam ich zu früh oder zu spät? _____

Wie war das Wetter? _____

Wer hat bei meiner Geburt geholfen? _____

Wie viel habe ich gewogen? _____

Wie habe ich ausgesehen? _____

Welche Augenfarbe hatte ich? _____

Die ersten Worte von Mami und Papi: _____

Die schönsten Glückwünsche

Was habe ich als Erstes getan? _____

Wer war dabei? _____

Wer kam zu Besuch? _____

Platz für ein Bild von mir

Platz für ein Bild von mir

Platz für ein Bild von mir

Video: _____

Was geschah auf der Welt, als ich geboren wurde?

Wie stand am Tag meiner Geburt in den Zeitungen?

und Zeitungen

Ich bin auf die Welt gekommen – was für ein Ereignis! Mein Erleben. Das geschah am 1. Juni 2018 um 10:15 Uhr. Ich bin die Tochter von Mami und Papi. Ich bin gesund und glücklich.

Welche Filme liegen im Fernsehen und was ist das?

Platz für ein Bild von mir

Bist du ein kleiner Dreieckspatz oder nicht?

Erreichte ich ein bestimmtes Alter? (Mami und Papi wissen es!)

Wie ich esse:

- Ich esse alles.
- Ich esse nur Obst.
- Ich esse nur Gemüse.
- Ich esse nur Fleisch.
- Ich esse nur Süßigkeiten.
- Ich esse nur Brot.
- Ich esse nur Milch.
- Ich esse nur Wasser.
- Ich esse nur Tee.
- Ich esse nur Kaffee.
- Ich esse nur Alkohol.
- Ich esse nur Drogen.

Wie ich singe:

- Ich singe alles.
- Ich singe nur Pop.
- Ich singe nur Rock.
- Ich singe nur Folk.
- Ich singe nur Jazz.
- Ich singe nur Blues.
- Ich singe nur Gospel.
- Ich singe nur Country.
- Ich singe nur R&B.
- Ich singe nur Hip-Hop.
- Ich singe nur EDM.
- Ich singe nur Klassik.
- Ich singe nur Barock.
- Ich singe nur Renaissance.
- Ich singe nur Barock.
- Ich singe nur Renaissance.
- Ich singe nur Barock.
- Ich singe nur Renaissance.

Platz für ein Bild von mir

Platz für ein Bild von mir

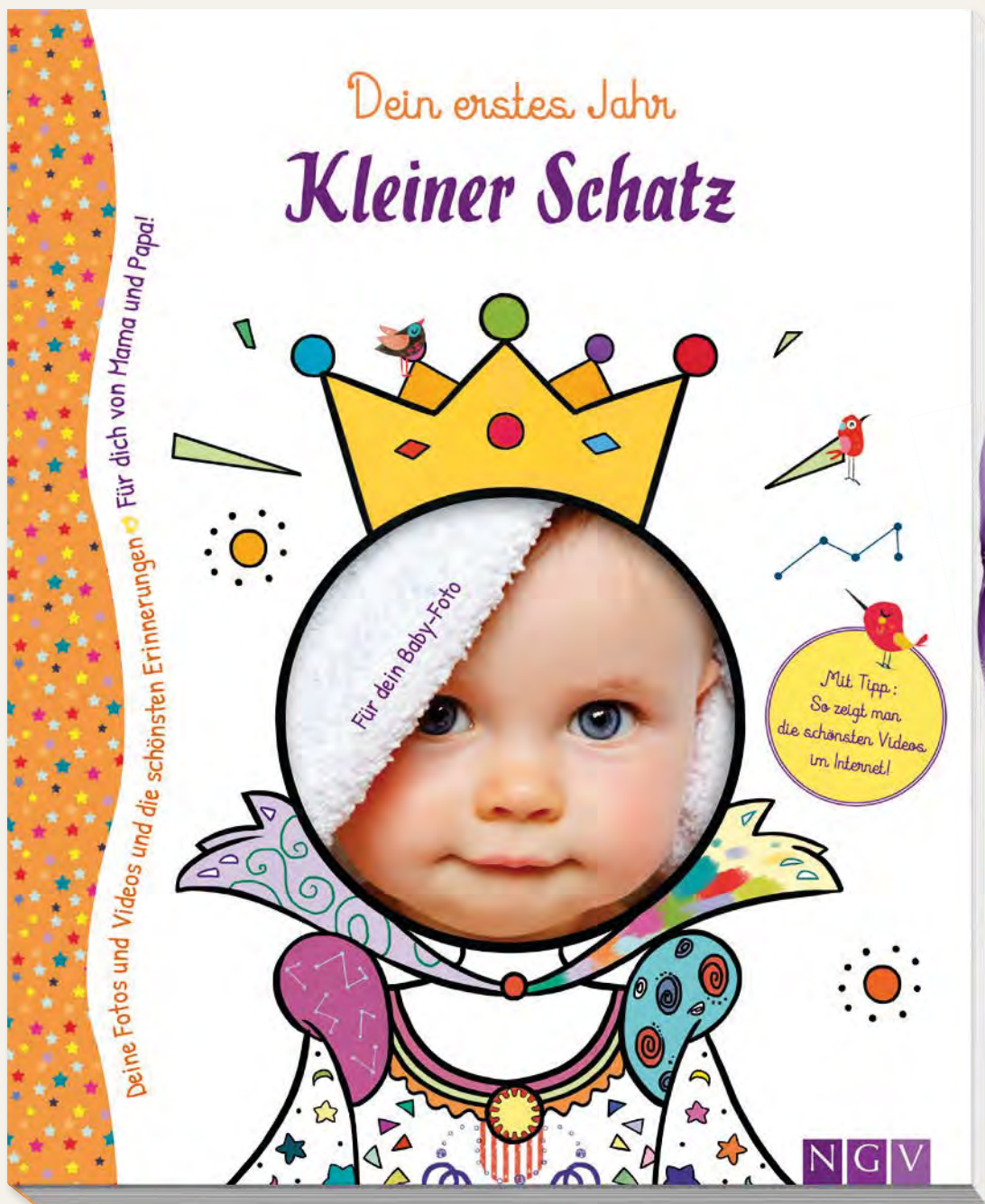
QR-Code

Ein bezauberndes Erinnerungsbuch für Babys erstes Jahr

Kostbare Erinnerungen von Mama und Papa sowie Babys schönste Fotos

- ▶ Aus der Perspektive des Babys süß und originell getextet
- ▶ Aufwändige Ausstattung: Großformat mit Satinschleife, Stanzöffnung und Papptasche für Babys Foto auf dem Cover

NEU!
9,99€*



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

**Kleiner Schatz -
Babyalbum für Mädchen
und Jungen**

Hardcover mit Satinschleife,
zahlreiche farbige
Illustrationen, Stanzöffnung
auf dem Cover
64 Seiten

Format: 23 x 28,5 cm
Art.-Nr. 0/20/18039.00/FSM
ISBN 978-3-625-18039-5

€ 9,99*



Willkommen, kleiner Prinz!

Bezaubernd schönes und liebevoll gestaltetes Babyalbum für Jungen

- ▶ Mit fantasievollen Illustrationen zu allen Themen rund um Babys erstes Jahr
- ▶ Viel Platz für Fotos sowie Mamas und Papas schönste Erinnerungen
- ▶ Alles über Babys Wachsen, seine Lieblingsbeschäftigungen, Vorlieben und Heldentaten

NEU!
9,99€*



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Erscheint im Januar 2018

Kleiner Prinz – Babyalbum für Jungen

Hardcover mit Satinschleife, zahlreiche farbige Illustrationen, Stanzöffnung auf dem Cover

64 Seiten

Format: 23 x 28,5 cm

Art.-Nr. 0/20/18038.00/FSM

ISBN 978-3-625-18038-8

€ 9,99*



*UVP, 19% Mehrwertsteuer

Schön, dass du da bist, kleine Prinzessin!

NEU!
9,99€*

Fantasievoll gestaltetes Babyalbum mit Satinschleife, Stanzöffnung und Papptasche auf dem Cover fürs Babyfoto

- ▶ Mit Tipp: So zeigt man die schönsten Videos im Internet
- ▶ Das ideale Geschenk für Eltern
- ▶ So wird Babys erstes Jahr für immer bewahrt und festgehalten



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Erscheint im
Januar 2018

Kleine Prinzessin - Babyalbum für Mädchen

Hardcover mit Satinschleife, zahlreiche farbige Illustrationen, Stanzöffnung auf dem Cover

64 Seiten

Format: 23 x 28,5 cm

Art.-Nr. 0/20/18037.00/FSM

ISBN 978-3-625-18037-1

€ 9,99*



- ▶ Viel Raum für Fotos, ein Stammbaum zum Ausfüllen, monatliche Notizfelder zum Wachsen von Mamis Bauch sowie zum Wachsen des Babys während des ersten Lebensjahrs
- ▶ Mit zahlreichen liebevollen Illustrationen
- ▶ Das ideale Geschenk für werdende Mütter



Erster Besuch beim Frauenarzt

Meine Gefühle beim Arztbesuch

Auf das muss ich achten

Das erste Ultraschallbild

Datum

Wie wiege

Mein Bauchumfang

1. Trimester 1. bis 12. Woche

Wie hoch ist dein Blutzuckerwert?

Wie hoch ist dein Blutdruck?

Endlich bist du da!

Das bist du

Dein Name

Dein Geburtsdatum

Dein Geburtsort

Dein Geburtsgewicht

Dein Geburtslänge

Dein Geburtsarzt

Dein Geburtsort

Dein Geburtsdatum

Dein Geburtsort

Dein Geburtsgewicht

Dein Geburtslänge

Dein Geburtsarzt

Dein Geburtsort

Mami freut sich auf dich!

Monat für Monat Neues, Schönes und Erinnerungswertes notieren

- ▶ Ein liebevolles Erinnerungsalbum für die aufregende Zeit der Schwangerschaft, die Geburt, Babys erstes Lebensjahr und Babys ersten Geburtstag
- ▶ Zum Aufschreiben von Gedanken, Gefühlen und all den Dingen, die aus dieser wertvollen, einzigartigen Zeit festgehalten und bewahrt werden sollen



Lieferbar!
4,99€*



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Mami-Album

gebunden, wattiert,
mit zahlreichen farbigen
Abbildungen
96 Seiten

Format: 22 x 22 cm

Art.-Nr. 0/20/13030.00/FSM

ISBN 978-3-625-13962-1

€ 4,99*



Einfach haushalten und sparen

Großer Trend in allen Medien

- ▶ Ein Jahr lang alle Ein- und Ausgaben notieren – und am Ende bis zu 30 Prozent sparen
- ▶ Übersichtliche Tabellen pro Woche und Monat machen das Eintragen ganz leicht
- ▶ Stärkt die Selbstdisziplin und verleiht dadurch Sicherheit

NEU!
7,99€*



* UVP, 19 % Mehrwertsteuer



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

Takebo – Das Haushaltsbuch

kartonierte, mit zahlreichen farbigen Tabellen, Gold-Folienprägung, Reliefprägung, runde Ecken

192 Seiten

Format: 14,5 x 19,5 cm

Art.-Nr. 0/20/18086.00/FSM

ISBN 978-3-625-18086-9

€ 7,99*



Das Flamingo-Notizbuch für Ihre Handtasche

Hübsch gestaltetes Eintragbuch in aktuellen Farben, plus Bleistift mit Glitzerstein

- ▶ Trendthemen Achtsamkeit und Flamingos
- ▶ Zeit nehmen, entspannen, zur Ruhe kommen

NEU!
6,-€*



- ▶ Das perfekte Geschenk für alle, die ihre Gedanken festhalten möchten
- ▶ Mit mehr als 40 inspirierenden Illustrationen, auch zum Ausmalen



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Zeit für mich – Flamingo Eintragbuch, Tagebuch, Ausmalbuch

Art.-Nr. 0/20/18025.00/FSM
ISBN 978-3-625-18025-8



*UVP, 19 % Mehrwertsteuer

gebunden – s/w – mit runden Ecken, Gummiband, Bleistift mit Glitzerstein, Lesebändchen
96 Seiten – Format: 14 x 19,5 cm – je Band: € 6,-*

Mit Einhorn geht alles besser

Für alle Einhorn-Fans: trendig gestaltetes Eintragbuch im Handtaschen-Format mit Lesebändchen

NEU!
6,-€*

- ▶ Das perfekte Geschenk für alle, die ihre Gedanken festhalten möchten
- ▶ Mit mehr als 40 inspirierenden Illustrationen, auch zum Ausmalen



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

**Zeit für mich – Einhorn
Eintragbuch,
Tagebuch, Ausmalbuch**

Art.-Nr. 0/20/18024.00/FSM
ISBN 978-3-625-18024-1



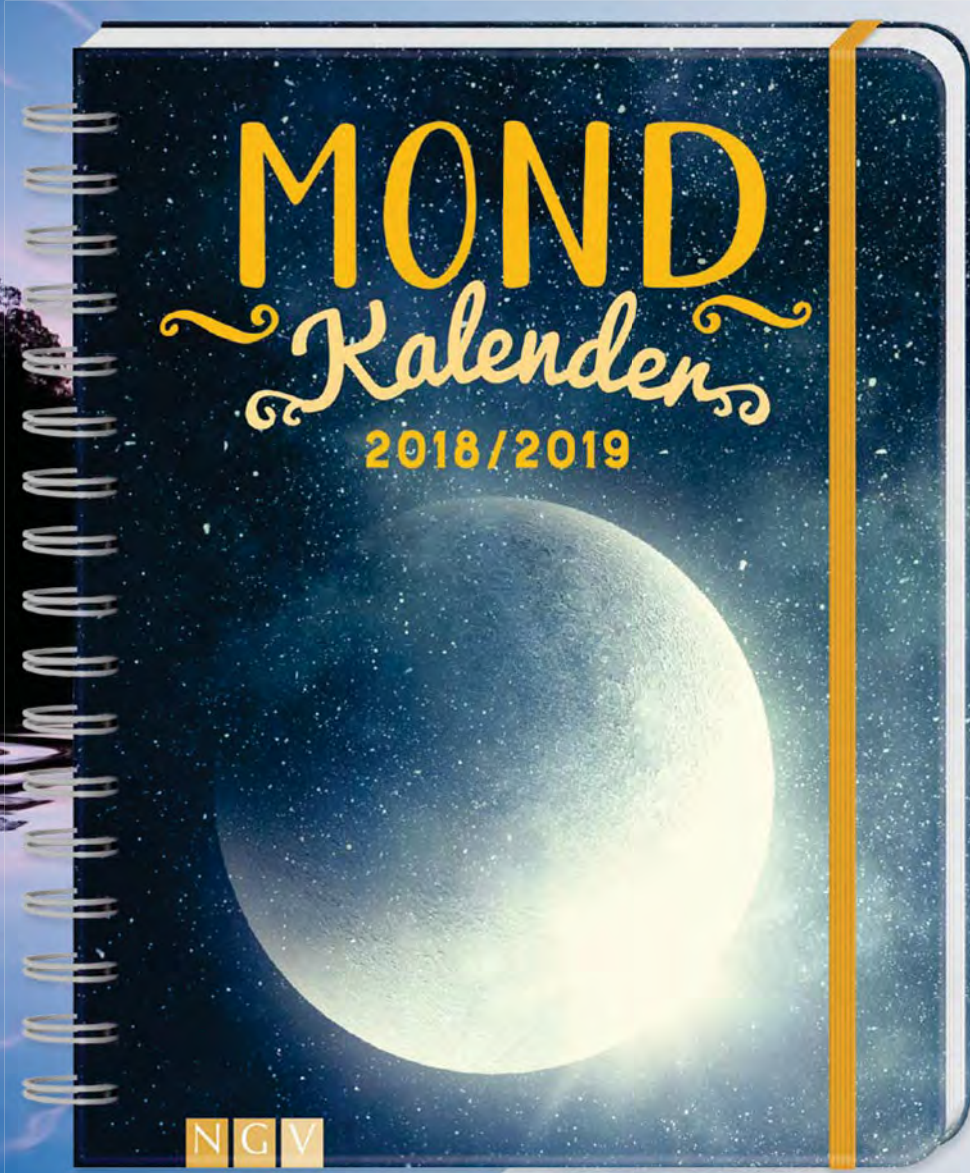
*UVP, 19 % Mehrwertsteuer

gebunden – s/w – mit runden Ecken, Gummiband, Bleistift mit Glitzerstein, Lesebändchen
96 Seiten – Format: 14 x 19,5 cm – je Band: € 6,-*

Leben mit dem Mond

Mondwissen für jeden Tag: Mondphase, Tierkreiszeichen, Auf- und Untergangszeiten von Mond und Sonne und ein spezieller Tagestipp

NEU!
9,99€*



- ▶ Kalendarium mit allen Feiertagen, Monats- und Jahresübersichten, Schulferienterminen, Geburtstagskalender, Notizseiten
- ▶ 18 Monate: August 2018 - Januar 2020

Mit 150 Stickern



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Erscheint im Juni 2018

Mondkalender 2018/2019

Hardcover, mit Spiralbindung und Gummiband-Verschluss, mit zahlreichen farbigen Abbildungen und Stickern
160 Seiten + 8 Sticker-Seiten
Format: 16 x 22 cm
Art.-Nr. 0/20/50108.00/FSM
ISBN 978-3-625-50108-4

€ 9,99*



*UVP, 19% Mehrwertsteuer

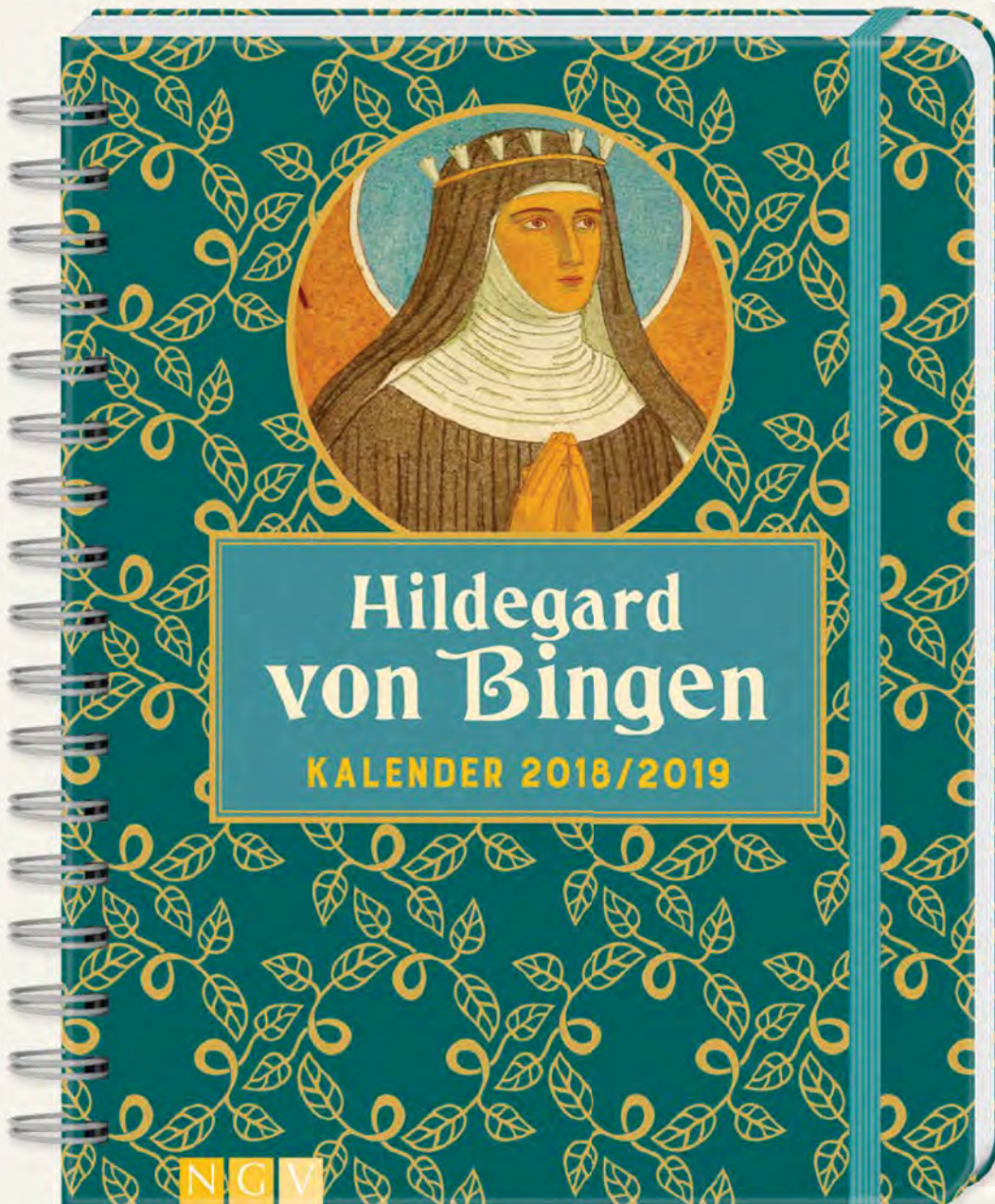
Mit Hildegard von Bingen durch das Jahr

Buchkalender mit festem Einband, runden Ecken,
praktischer Spiralbindung und Gummibandverschluss

- ▶ 18-Monats-Kalender: August 2018 - Januar 2020
- ▶ Wöchentliche Anregungen und Tipps aus dem Wissensschatz der Hildegard von Bingen
- ▶ 1 Woche auf 2 Seiten
- ▶ Kalendarium mit allen Feiertagen, Monats- und Jahresübersichten, Schulferientermine, Geburtstagskalender, Notizseiten

NEU!
9,99€*

**Mit 150
Stickern**



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Juni 2018**

Hildegard-von-Bingen- Kalender 2018/2019

Hardcover, mit Spiralbindung
und Gummiband-Verschluss,
mit zahlreichen farbigen
Abbildungen und Stickern
160 Seiten + 8 Sticker-Seiten
Format: 16 x 22 cm
Art.-Nr. 0/20/50109.00/FSM
ISBN 978-3-625-50109-1

€ 9,99*



Frischer Wind für jeden Tag

Praktischer Buchkalender mit wöchentlichen Tipps fürs Ausmisten, Aufräumen und Ordnung halten

- ▶ Übersichtliches Kalendarium mit allen gesetzlichen Feiertagen, Extra-Monatsübersichten; dazu: alle Schulferientertermine auf einen Blick, Geburtstagskalender, Notizseiten, Eintragsseiten für persönliche Wünsche und Gedanken
- ▶ 1 Woche auf 1 Seite
- ▶ Extra: über 150 bunte Sticker
- ▶ 18 Monate: August 2018 - Januar 2020

NEU!
9,99€*

**Mit 150
Stickern**



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

**Erscheint im
Juni 2018**

**Mein magischer
Aufräum-kalender
2018/2019**

Hardcover, mit Spiralbindung und Gummiband-Verschluss, mit zahlreichen farbigen Abbildungen und Stickern
160 Seiten + 8 Sticker-Seiten
Format: 16 x 22 cm
Art.-Nr. 0/20/50111.00/FSM
ISBN 978-3-625-50111-4

€ 9,99*



Mit dem Einhorn bunt durchs ganze Jahr

Zauberhaft gestalteter Buchkalender für alle Einhorn-Fans mit viel Platz für eigene Eintragungen

- ▶ Übersichtliches Kalendarium mit allen gesetzlichen Feiertagen, Extra-Monatsübersichten; dazu: alle Schulferientermine auf einen Blick, Geburtstagskalender, Notizseiten, Eintragseiten für persönliche Wünsche und Gedanken
- ▶ 1 Woche auf 2 Seiten
- ▶ 18 Monate: August 2018 - Januar 2020

NEU!
9,99€*

Mit 150
Stickern



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Erscheint im
Juni 2018

**Mein Einhorn-Kalender
2018/2019**

Hardcover, mit Spiralbindung und Gummiband-Verschluss, mit zahlreichen farbigen Abbildungen und Stickern
160 Seiten + 8 Sticker-Seiten
Format: 16 x 22 cm
Art.-Nr. 0/20/50110.00/FSM
ISBN 978-3-625-50110-7

€ 9,99*





Extras: 8 Bastelpapiere zum Heraustrennen sowie 4 Postkarten, 4 Lesezeichen und 10 Geschenkanhänger zum Ausschneiden

STREICHHOLZ-SCHACHTEL

Überraschungen

Größe (jeine Schachtel): ca. 5,5 x 9,6 cm

Diese kleinen Schachteln, die mit den Papieren hier im Buch gebastelt werden, sind einfach nur süß und ohne besonderen Anlass jederzeit eine Überraschung für einen lieben Menschen wert. Also: Machen Sie Ihren Mitmenschen doch einfach mal eine Freude! Erwarten Sie nichts, beschenken Sie nichts, freuen Sie sich einfach nur über die Freude des anderen. Auch als Geschenk an Gäste sind die Minischachteln eine schöne Idee.

Material
 Designpapier mit Chevron-Muster, DIN A4
 Designpapier mit Punkten in Pastellfarben und Gold, DIN A4
 Designpapier mit Schichten-Muster, DIN A4
 Rest Designpapier mit Dackelmuster
 Rest Designpapier mit Linsenmuster
 2 Streichholzschachteln
 1 Bogen Transparenzpapier
 Kugelschreiber mit kleiner Mine
 Lineal
 Klebstoff
 Lochzange/Locher
 Zehn in Rosa und Dunkelblau und Ösenwerkzeug
 Schmuckband in Blau oder Zerkwelle in Rosa gepunktet, ca. 5 cm breit und 6 cm lang

Vorlage: in Originalgröße hier zum Download (siehe auch Seite 2):



<http://monika.online/Xge>

Anleitung
Lama-Pinata-Box

1. Für die Lama-Pinata-Box die Vorlage für die innere Streichholzschachtel mit Bleistift auf das Transparenzpapier durchpauern. Grob ausschneiden und mit Klebefilm auf dem gepunkteten Designpapier befestigen.
2. Die gestrichelten Linien mit Kugelschreiber und Lineal nachfahren und so die Faltsuren einprägen. Dann den Umriß ausschneiden und die innere der Streichholzschachtel damit linkskleben.
3. In eine kurze Seite des Innensteils mit dem Locher oder der Lochzange ein Loch stanzen und eine Öse einsetzen. Die Zackenritze zu einer Schlaufe legen, verknoten und durch die Öse ziehen.
4. Nun einen 12 x 5 cm großen Streifen aus dem rosa Chevron-Papier zurechtschneiden und die äußere der Streichholzschachtel wie abgebildet damit umkleben.
5. Zuletzt ein Linsen in einem passenden Oval ausschneiden und auf dem Deckel befestigen. Aus dem restlichen Lama/Chevron-Punkte-Papier mit dem Locher Konfetti ausstanzen und die Schachtel damit füllen.



Dackelschachtel

1. Für die Dackelschachtel die Vorlage für die innere und äußere Streichholzschachtel aus dem Schichtenpapier ausschneiden. Den Röhling innen und außen damit bekleben.
2. An einer kurzen Seite der Innenschachtel zunächst nur außen das Papier befestigen. Dann mit dem Locher oder der Lochzange ein Loch stanzen und eine Öse einsetzen. Das Schmuckband zu einer Schlaufe legen, durch die Öse ziehen, die Enden zur Seite klappen und mit Klebefilm festern. Dann die restlichen Flächen mit Papier umkleben, dabei werden die Enden des Schmuckbandes auf der Innenseite der Innenschachtel überklebt.
3. Aus den Designpapierresten einmal den Deckel ohne Hinterbeine, einmal ohne Vorderbeine und Kopf und einmal nur den Rumpf ausschneiden.
4. Das Dackel-Vorderbein wie abgebildet auf dem Außenteil der Streichholzschachtel befestigen. Die Innenschachtel hineinschieben und, auf gleicher Höhe wie außen, innen erst das Hinterteil und zur Verankerung noch das Mittelteil festkleben.
5. Mit einer kleinen Überraschung – z.B. Bonbons oder einem Kinogutschein – füllen und verschicken. Ist die Überraschung verputzt oder entleert, kommt der lustige Dackel zum Vorschein.

BEGINNE jeden TAG mit EINER GUTEN Gedankens!

CAROLIN

Auf DAS HERZ hören

... und wenn du dich nicht selbst magst, wirst du auch nicht von anderen geliebt werden. ...



DIE DEINE SCHWARZEN

einen Wunsch ans UNIVERSUM schicken

... und wenn du dich nicht selbst magst, wirst du auch nicht von anderen geliebt werden. ...



WIRTSCHAFT

TUN KOPF FREI MACHEN FÜR schöne DINGE

... und wenn du dich nicht selbst magst, wirst du auch nicht von anderen geliebt werden. ...

Achtsam und kreativ leben

Liebevoll gestaltete Seiten voller Achtsamkeitstexte, DIY-Anleitungen, Meditationen, Rezepte, Kreativübungen, Ausmalbilder und mehr

- ▶ 24 Seiten mit Bastelpapieren, Postkarten, Lesezeichen und Geschenkanhängern zum Heraustrennen und Ausschneiden
- ▶ Ein inspirierendes Buch zum Lesen, Ausmalen und Gestalten
- ▶ Das perfekte Geschenk für alle, die Kreativität lieben und achtsamer leben möchten



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft



Erscheint im Januar 2018

Kreative Wege zur Achtsamkeit

Hardcover, mit Spiralbindung und Gummiband-Verschluss, mit 24 Seiten Extras und zahlreichen farbigen Abbildungen
184 Seiten

Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/18055.00/FSM
ISBN 978-3-625-18055-5

€ 9,99



BEQUEMER LOTOSSITZ

YOGA-ÜBUNG

9

Der Lotositz hat eine beruhigende und ausgleichende Wirkung auf den Geist. Er kann die Herzfrequenz senken, und er verlangsamt den Fluss der Gedanken. Wir üben hier nur die einfache Version. Auch in dieser Form symbolisiert diese Haltung die Verwurzelung unserer Basis, aus der wir Sicherheit und Halt beziehen.



SO GEHT ES:

- Nehmen Sie auf dem Boden Platz. Als Sitzunterlage dient ein Yogakissen, und wenn notwendig darunter eine weiche Matte.
- Schlagen Sie die Beine ein und richten Sie sich auf. Stellen Sie sich vor, dass Sie am Hinterkopf sanft nach oben gezogen werden.
- Wichtig ist, dass die Schultern entspannt sind. Um das zu überprüfen, können Sie sie einmal ganz weit nach oben ziehen und dann vorsichtig fallen lassen.
- Die Hände liegen auf den Knien, Mittelfinger und Daumen berühren einander sanft. Die Lippen liegen aufeinander, die Zähne jedoch nicht.
- Schließen Sie die Augen und konzentrieren Sie sich auf die Atmung.

WIE OFT?

Wenn Sie sich für diese Haltung entscheiden, bleiben Sie einfach sieben Minuten sitzen. Oder länger, wenn Sie möchten.

WORAUF MUSS ICH ACHTEN?

Achten Sie darauf, dass Sie Ihre Knie nicht überfordern. Eingeschlafene Füße gehören in der Anfangsphase dazu, lassen Sie sich davon nicht irritieren.



YOGA IM ALLTAG | 51

GESICHT ZUR SONNE!

Was dem Schönergeist zumbricht, der den Wechsel zwischen Vor- und Nachmittags-Tönen an denfalls in der Ruhezeit weil der Körper auf die bestmögliche Art geföhrt wird und dabei Energieformen leitet werden.

Ein weiterer Aspekt dieses Wechsels ist, dass Sie sich in regelmäßigen Abständen immer wieder nach Süden und dann Norden. Dabei haben Sie Gesicht und Arme zur Sonne. In dieser Bewegung steckt viel gute Energie, weil sie vom Anlegen ein Reliquat des Menschen ist, so: gleichzeitig und der Sonne zuwenden. Von dort ist Sonne her zu leben.

Üben Sie diesen auch täglich diesen guten Kopf nach. Ganz konkret, indem Sie die Sonne nutzen, wenn immer Sie sich bewegt. Verstanden Sie sich nicht? Ist das Jalousien und Sonnenschirme. Richten Sie das Licht so hoch auf die die Sonne. Wenn ich mich auf die die Kräfte der Natur, besonders die Kraft. Vergessen Sie dabei aber den Schweißschweiß nicht.

Wenden Sie sich auch anderen guten Anlegen zu, die Sie wahrnehmen. Freundliche Gesichter, vielleicht ein Rückenfall auf der Straße. Können Sie das. Wenn Sie sich zum Beispiel, nehmen Sie die Sonne. Auch bei grauem Himmel wird.

ES GIBT KEINEN WEG
ZUM GLÜCK
GLÜCKLICHSEIN
IST DER WEG.

Buddha (187-183 v. Chr.)



23



7 Minuten Achtsamkeit

Aufwendig ausgestattete, reich bebilderte Ratgeber-Reihe zum Trendthema Achtsamkeit



- ▶ 7 Minuten am Tag für mehr Balance, Zufriedenheit und Lebensfreude
- ▶ Zahlreiche Yoga- und Atemübungen, Inspirationen, persönliche Glücksmomente, motivierende Zitate für jeden Tag
- ▶ Cover mit Stanze in 7-Form, farbiges Lesebändchen



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Erscheint im Januar 2018

Momente des Glücks mit Yoga

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen, Cover mit Stanze, Lesebändchen 96 Seiten

Format: 14,8 x 19,1 cm
 Art.-Nr. 0/20/17946.00/FSM
 ISBN 978-3-625-17946-7

€ 5,-



Das große Glück liegt in den kleinen Momenten

Achtsamkeit in der Lehre Hildegard von Bingens

- ▶ 7 Minuten am Tag genügen, um mit kleinen Achtsamkeitsmomenten mehr Gelassenheit, Souveränität und Lebensfreude im Alltag zu entwickeln
- ▶ Reich bebildert und illustriert

Lieferbar!
5,-€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Momente der Lebensfreude mit Hildegard von Bingen

gebunden, Cover mit Stanze, Lesebändchen

96 Seiten

Format: 14,8 x 19,1 cm

Art.-Nr. 0/20/17945.00/FSM

ISBN 978-3-625-17945-0

€ 5,-



9 783625 179450

Ideal als Geschenk

Mit kleinen Achtsamkeitsmomenten Balance und Lebensfreude im Alltag entwickeln

Lieferbar!
5,-€

- Über 40 Inspirationen für Gedankenreisen und persönliche Glücksmomente sowie motivierende Zitate für jeden Tag

Mit Stanze im Cover!



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Gedankenreisen & Glücksmomente

gebunden, Cover mit Stanze, Lesebändchen
96 Seiten

Format: 14,8 x 19,1 cm
Art.-Nr. 0/20/17947.00/FSM
ISBN 978-3-625-17947-4

€ 5,-



Kreative Wege zur Achtsamkeit

Mit Achtsamkeit zu mehr Gelassenheit im Alltag

Lieferbar!
je Band
6,99€

▶ Inspirierende Texte, Anregungen, Weisheiten und Ausmalbilder



Fantasiereise

Art.-Nr. 0/20/17856.00/FSM
ISBN 978-3-625-17856-9



Kleine Urlaube für die Seele

Art.-Nr. 0/20/17859.00/FSM
ISBN 978-3-625-17859-0



Wege zum Glück

Art.-Nr. 0/20/17857.00/FSM
ISBN 978-3-625-17857-6



Kleine Auszeiten

Art.-Nr. 0/20/17858.00/FSM
ISBN 978-3-625-17858-3



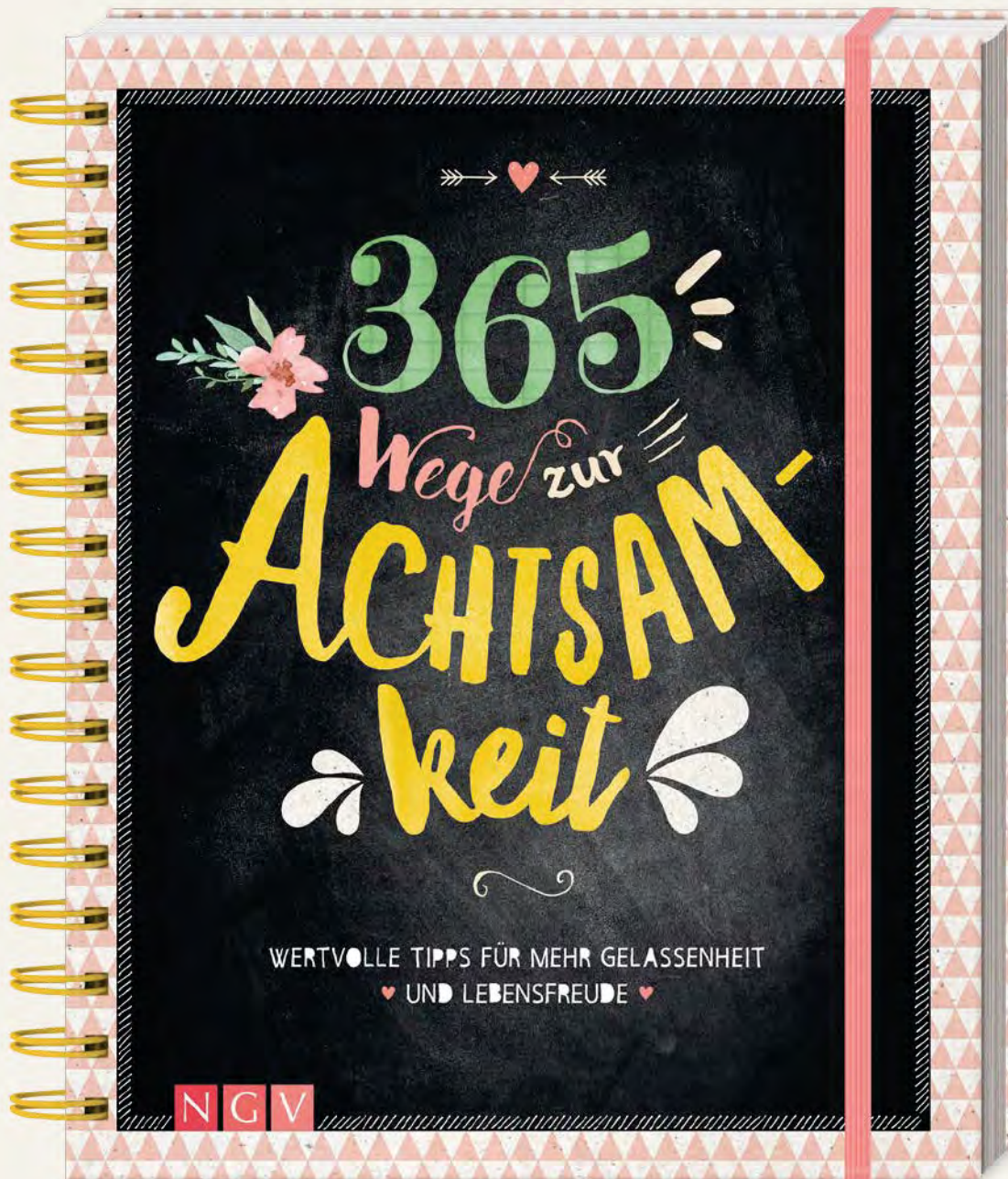
Tag für Tag im Hier und Jetzt

Ein einzigartiger Leitfaden für 365 Tage voller Entspannung, innerer Ruhe, Inspiration, Selbsterkenntnis und Lebensfreude

- ▶ Für mehr Gelassenheit im stressigen Alltag
- ▶ Mit inspirierenden Texten, Meditationen, Rezepten, Ausmalbildern, Yogaübungen und vielen weiteren Anregungen für ein bewusstes Leben
- ▶ Wunderschön gestaltet, mit praktischer Spiralbindung und Gummiband

Lieferbar!
9,99€

Topseller!



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

365 Wege zur Achtsamkeit

Hardcover, mit Spiralbindung und Gummiband-Verschluss, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
256 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17646.00/FSM
ISBN 978-3-625-17646-6

€ 9,99



Immerwährender Kalender

- ▶ Jede Woche ein Tipp und ein Zitat
- ▶ Ausmalbilder laden zum Entspannen ein
- ▶ Mit praktischer Aufstellfunktion

Lieferbar!
9,99€*



Entspannte Wege zur Achtsamkeit

Spiralbindung, Hardcover,
mit Aufstellfunktion,
mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
108 Seiten
Format: 21 x 14 cm
Art.-Nr. 0/20/17913.00/FSM
ISBN 978-3-625-17913-9
€ 9,99*



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft



*UVP, 19 % Mehrwertsteuer

Bewusst essen und glücklich leben

Ein achtsames Rezept- und Lesebuch für alle, die mit sich und ihrem Körper im Reinen sein wollen

Lieferbar!
9,99€

- ▶ Mit vielen Rezepten, Übungen und Tipps, sich und seine Ess-Gewohnheiten zu hinterfragen
- ▶ Einkaufen, Zubereiten, Kochen, Essen und Genießen
- ▶ Zwanglos zu mehr Genuss, Wohlbefinden, Selbstzufriedenheit und Entschleunigung
- ▶ Liebevoll gestaltetes Rezept- und Lesebuch zur täglichen Anwendung



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldbirtschaft

Das Achtsamkeits-kochbuch

gebunden, mit Folienprägung und zahlreichen farbigen Abbildungen

160 Seiten

Format: 21 x 24 cm

Art.-Nr. 0/20/17942.00/FSM

ISBN 978-3-625-17942-9

€ 9,99



NGV



SCHWEDISCHE KARTOFFELSUPPE

mit Speck, Lachs und Krabben



Kartoffelsuppe isst man in ganz Skandinavien gern. Meistens gehört Lauch hinein, gern Speck, Krabben oder Lachs. In dieser Suppe kann man alles haben, denn all die Leckerleien werden nämlich zum Selbernehmen dazugebracht.

Für 4 Personen
Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
(plus Garzeit)

- 600 g fest- oder mehligkechende Kartoffeln
- 1 Stange Lauch
- 1 Zwiebel
- 1 TL Öl nach Wahl
- 1 TL Thymian
- 1 l Gemüsebrühe
- 400 ml Milch
- 100 g Bacon
- 100 g Räucherlachs
- 100 ml Sahne
- Salz
- Pfeffer
- 1/2 Bund Petersilie
- 100 g Krabben

AUSSERDEM
Nach Wunsch
krosses Brot

Pfl: Portions ca. 541 kcal/2266 kJ,
22 g E, 37 g E, 8 g KH

- 1 Kartoffeln waschen, schälen und grob würfeln. Lauch putzen, in zentimeterdicke Rollen schneiden und anschließend waschen. Zwiebel schälen, fein würfeln und mit Öl in einer Pfanne goldbraun dünsten. Den Lauch hinzugeben und 5 Minuten mitdünsten.
- 2 Kartoffeln, Thymian, Lauch und Zwiebeln mit der Gemüsebrühe und der Milch in einen Topf geben und für 20 Minuten köcheln lassen.
- 3 In der Zwischenzeit den Bacon würfeln und den Lachs in Streifen schneiden. Bacon ohne zusätzliches Fett in einer Pfanne kross braten.
- 4 Die Sahne in die fertige Suppe gießen und im Blender oder mit einem Stabmixer pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Petersilie waschen, trocknen, die Blätter abzupfen und hacken. Über die fertige Suppe streuen. Speck, Lachs und Krabben in separaten Schälchen sowie etwas Brot mit der Suppe servieren.

DÄNISCHER ROLLBRATEN

mit Pflaumen und karamellisierten Kartoffeln

Rollbraten ist ein beliebtes Gericht aus dem dänischen Norden. Es besteht aus einem Fleischbraten, der mit Pflaumen und karamellisierten Kartoffeln gefüllt ist.



- 1 Schweinegambone
- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 1 Knoblauchzehen
- 100 g Butter
- 100 g Zucker
- 100 g Pflaumen
- 100 g Kartoffeln
- 100 g Speck
- 100 g Bacon
- 100 g Lachs
- 100 g Krabben
- 100 g Petersilie
- 100 g Salz
- 100 g Pfeffer
- 100 g Thymian
- 100 g Milch
- 100 g Sahne
- 100 g Brot

VISPIPUURO

Finnischer Beerschaum

Vispi puuro ist ein traditionelles finnisches Gericht, das aus Hafer und Beeren besteht. Es wird oft als Frühstück oder Dessert serviert.



- 1 Teller
- 100 g Hafer
- 100 g Beeren
- 100 g Milch
- 100 g Zucker
- 100 g Salz
- 100 g Pfeffer
- 100 g Thymian
- 100 g Milch
- 100 g Sahne
- 100 g Brot

Der pure Geschmack des Nordens

Mit über 50 Rezeptklassikern aus Dänemark, Schweden, Norwegen und Finnland

- ▶ Alle Rezepte mit einfachen, überall erhältlichen Zutaten
- ▶ Stilvoll-moderne Rezeptfotografie und stimmungsvolle Landschaftsbilder
- ▶ Spannende Infos zu Herkunft und Tradition bei jedem Rezept

NEU!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

Skandinavische Küche

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
144 Seiten

Format: 21 x 24 cm

Art.-Nr. 0/20/18095.00/FSM

ISBN 978-3-625-18095-1

€ 9,99



MIGAS CON CHORIZO PICANTE

BROTPFANNE MIT SCHARFER CHORIZO

4 Portionen

ca. 30 Minuten

Pro Portion ca. 288 kcal/911 kJ, 9 g E, 13 g F, 16 g KH

Zutaten

- 2 Broten (vom Vortag)
- Salz
- 3 Knoblauchzehen
- 1 grüne Paprikaschote
- 50 g getrocknete Tomaten
- 1 Zweig Rosmarin
- 120 g scharfe Chorizo
- 1 Ei Olivenöl
- Pfeffer

1. Die Broten in Stücke schneiden, in eine große Schüssel geben und mit 120 ml Wasser gleichmäßig befeuchten. Mit Salz würzen und gründlich vermengen. Abgedeckt etwa 10 Minuten ziehen lassen.
2. In der Zwischenzeit die Knoblauchzehen in der Schale mit der Messerrückseite andrücken, sodass sie leicht aufspringen. Paprika waschen, putzen, entkernen und in Streifen schneiden. Die getrockneten Tomaten ebenfalls in Streifen schneiden. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Chorizo in Scheiben schneiden.
3. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch, Paprika, getrocknete Tomaten und Rosmarin hinzugeben und alles etwa 5 Minuten anbraten. Herausnehmen und auf einem Teller beiseitestellen.
4. Die Brotchenstücke noch einmal mit den Händen durchkneten, in die Pfanne geben, leicht andrücken und bräunen lassen. Die Brotchenmasse wenden, nochmals kurz anbräunen lassen, dann zerklüften. Alle restlichen Zutaten – bis auf Knoblauch und Rosmarin – hinzufügen, alles gut durchmengen und erwärmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



44 MIT FLEISCH & WURST



GAMBAS AL AJILLO

GARNELEN IN KNOBLAUCHHÖL

4 Portionen

ca. 20 Minuten

Pro Portion ca. 240 kcal/999 kJ, 10 g E, 13 g F, 16 g KH

1. Das Backofen auf 200°C vorheizen. In einem 1 Liter Fass einen Liter Olivenöl erhitzen. Die Knoblauchzehen in der Schale andrücken und in Streifen schneiden. Die Paprika waschen, putzen, entkernen und in Streifen schneiden. Die Chorizo in Scheiben schneiden.
2. In der Zwischenzeit die Knoblauchzehen in der Schale mit der Messerrückseite andrücken, sodass sie leicht aufspringen. Paprika waschen, putzen, entkernen und in Streifen schneiden. Die getrockneten Tomaten ebenfalls in Streifen schneiden. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Chorizo in Scheiben schneiden.
3. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch, Paprika, getrocknete Tomaten und Rosmarin hinzugeben und alles etwa 5 Minuten anbraten. Herausnehmen und auf einem Teller beiseitestellen.
4. Die Brotchenstücke noch einmal mit den Händen durchkneten, in die Pfanne geben, leicht andrücken und bräunen lassen. Die Brotchenmasse wenden, nochmals kurz anbräunen lassen, dann zerklüften. Alle restlichen Zutaten – bis auf Knoblauch und Rosmarin – hinzufügen, alles gut durchmengen und erwärmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

HEISS BELIEBT

Das Rezept ist ein Klassiker der spanischen Küche. Die Garnele werden in Knoblauchöl gebraten und mit Paprika, Chorizo und getrockneten Tomaten gewürzt. Das Rezept ist ein Klassiker der spanischen Küche.



PATATAS BRAVAS CON SALSA PICANTE

KARTOFFELN MIT SCHARFER SAUCE

4 Portionen

ca. 20 Minuten

Pro Portion ca. 240 kcal/999 kJ, 10 g E, 13 g F, 16 g KH

1. Die Kartoffeln auf 200°C vorheizen. In einem 1 Liter Fass einen Liter Olivenöl erhitzen. Die Knoblauchzehen in der Schale andrücken und in Streifen schneiden. Die Paprika waschen, putzen, entkernen und in Streifen schneiden. Die Chorizo in Scheiben schneiden.
2. In der Zwischenzeit die Knoblauchzehen in der Schale mit der Messerrückseite andrücken, sodass sie leicht aufspringen. Paprika waschen, putzen, entkernen und in Streifen schneiden. Die getrockneten Tomaten ebenfalls in Streifen schneiden. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Chorizo in Scheiben schneiden.
3. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch, Paprika, getrocknete Tomaten und Rosmarin hinzugeben und alles etwa 5 Minuten anbraten. Herausnehmen und auf einem Teller beiseitestellen.
4. Die Brotchenstücke noch einmal mit den Händen durchkneten, in die Pfanne geben, leicht andrücken und bräunen lassen. Die Brotchenmasse wenden, nochmals kurz anbräunen lassen, dann zerklüften. Alle restlichen Zutaten – bis auf Knoblauch und Rosmarin – hinzufügen, alles gut durchmengen und erwärmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

HERBLICH PIKAN



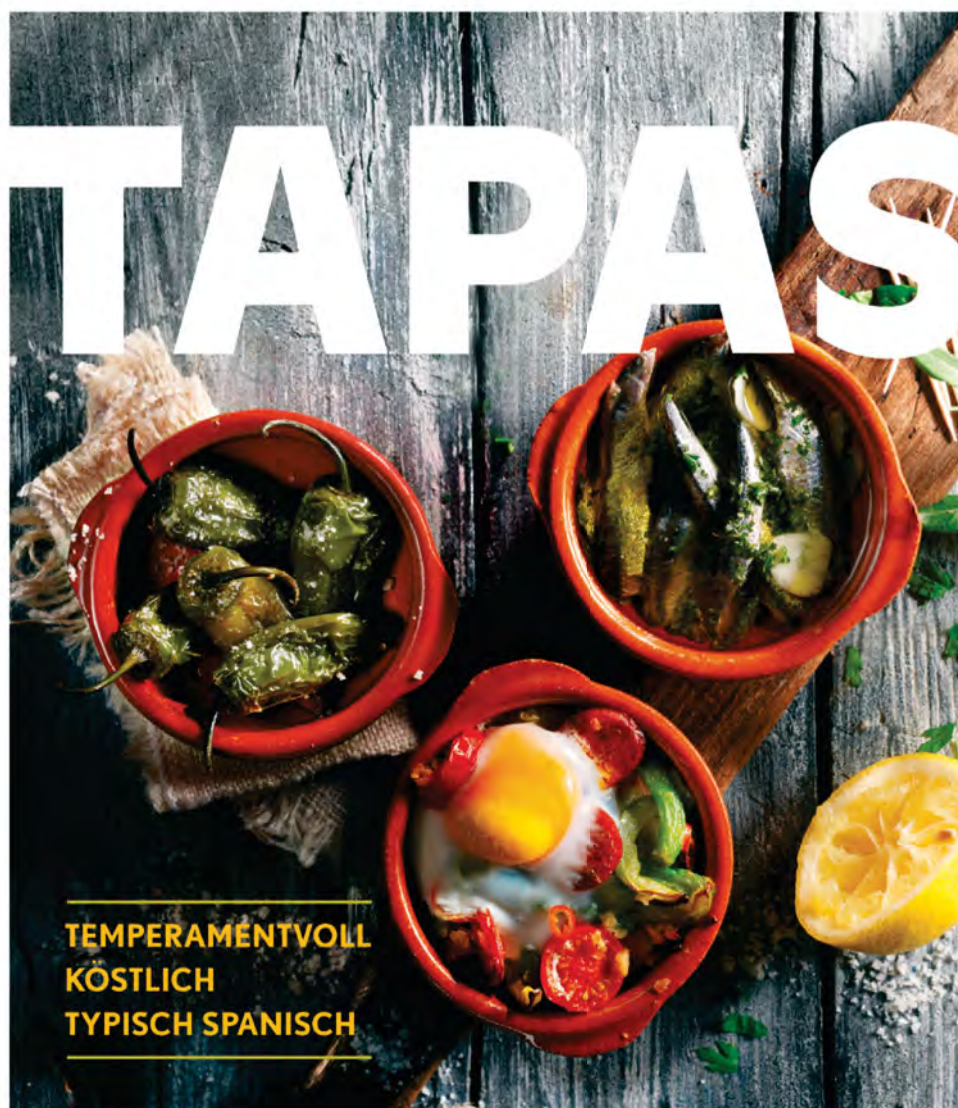
46 MIT FLEISCH & WURST

Spanische Lebensfreude – häppchenweise ein Genuss

NEU!
7,99€

45 authentische Tapas-Rezepte: von kleinen Häppchen zu Wein und Bier bis hin zu sättigenden Tapas mit Fleisch und Fisch oder vegetarischen Tapas

- ▶ Alle Rezepte mit leicht verständlicher Schritt-für-Schritt-Anleitung und farbigem Foto
- ▶ Ausführliche Einleitung mit einem kulinarischen Streifzug durch die spanische Tapas-Kultur
- ▶ Die liebevolle Gestaltung und die stimmungsvollen Schmuckbilder machen Lust aufs Ausprobieren



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

Tapas

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
96 Seiten

Format: 21 x 24 cm

Art.-Nr. 0/20/18052.00/FSM

ISBN 978-3-625-18052-4

€ 7,99



9 783625 180524

NGV



JEDE WOCHE

4 Portionen nicht so schwierig ca. 717 kcal/3002 kJ pro Portion

AUBERGINEN-PASTA mit Feta und Walnüssen

ZUTATEN

- 600 g Auberginen
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 200 g Feta
- 50 g Walnüsse
- 1 unbehandelte Limette
- 2-3 Zweige Minze
- 2 Ei Olivenöl
- 200 g Erbsen (TK)
- 400 g Farfalle
- 800 ml Gemüsebrühe
- ¼ TI Cayennepfeffer
- 1 TI Currypulver
- Salz
- Pfeffer

Die Auberginen waschen, putzen und klein würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen, Knoblauch fein hacken, Zwiebel in Ringe schneiden. Den Feta zerbröseln. Die Walnüsse grob hacken. Die Limette heiß abspülen, abtrocknen, von einer Hälfte die Schale abreiben, den kompletten Saft auspressen. Die Minze waschen, die Blätter abzupfen und hacken.

Das Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Dann die Auberginenwürfel zugeben und ca. 3 Minuten mitbraten. Erbsen, Nudeln, Limettensaft und -schale, die Hälfte vom Feta, Brühe und Gewürze zugeben. Salzen und pfeffern und bei mittlerer Hitze und geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten köcheln lassen. Gegebenenfalls etwas Wasser nachgießen.

Die Pasta vor dem Servieren gut durchmengen und mit der Minze, dem restlichen Feta und den Walnüssen bestreut servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT
ca. 25 Minuten
(plus Garzeit)



52



NUDELGRÄTIN mit Spinat und Pilzen

200 g Nudelgratin + 100 g Spinat + 100 g Champignons + 100 g Käse + 100 g Tomaten + 100 g Pilze + 100 g Gemüsebrühe + 100 g Fett + 100 g Salz + 100 g Pfeffer

Die Nudelgratin-Pastagewürde in einem großen Topf in reichlich Salzwasser kochen lassen. Mit einem Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Die Nudelgratin-Pastagewürde gut abtropfen lassen und in einer großen Pfanne anbraten. Das Gemüse und den Käse zugeben und gut vermischen. Die Nudelgratin-Pastagewürde zugeben und gut vermischen. Das Gemüse und den Käse zugeben und gut vermischen.



44



Blaubeer-Pancakes MIT AHORNSYRUP

200 g Mehl + 100 g Zucker + 100 g Eiweiß + 100 g Butter + 100 g Milch + 100 g Eier + 100 g Backpulver + 100 g Vanille + 100 g Salz + 100 g Pfeffer

Das Mehl, das Eiweiß, das Zucker, das Salz, das Backpulver und das Vanillepulver in einer großen Schüssel mischen. Die Milch, das Ei, das Butter und das Ahornsirup zugeben und gut vermischen. Die Mischung in einer Pfanne auf mittlerer Hitze braten. Die Pancakes mit Ahornsirup servieren.



48



Hunger kennt keine Semesterferien

36 leckere Rezepte für jeden Geschmack und Geldbeutel:
Snacks, Suppen, Hauptgerichte, Party-Food, Desserts

- ▶ Jedes Rezept mit Farbfoto und genauer Schritt-für-Schritt-Anleitung
- ▶ Alle wichtigen Küchen-Basics in der ausführlichen Einleitung: Einkaufs-ABC, Vorratshaltung, Arbeitstechniken, Garmethoden
- ▶ Zahlreiche nützliche Tipps und Tricks für die Studentenküche

NEU!
7,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

Das ultimative Studenten-Kochbuch

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
96 Seiten

Format: 21 x 24 cm
Art.-Nr. 0/20/17664.00/FSM
ISBN 978-3-625-17664-0

€ 7,99





WITZIGE ÄFFCHEN

bringen Spaß auf den Tisch

Für 12 Stück:
 150 g Vollkorn- oder Zartbitterschokolade
 125 g Butter
 4 Eier
 225 g Zucker
 1 P. Vanillezucker
 562
 160 g Mehl
 1 Tl Backpulver
 ggf. Butter und Kakaoapulver für das Muffinblech

Außerdem:
 100 g Vollkornschokolade
 400 ml Sahne
 Schokostreusel
 Marzipanrohmasse in Hellbraun, Weiß,
 Grün und Blau
 geschmolzene Vollkornschokolade

Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten
 (plus Back- und Kühlzeit)

1. Den Backofen auf 170 °C vorheizen. Die Mulden eines Muffinblechs einfeilen und mit Kakaoapulver ausstreuen oder das Blech mit Papierförmchen auslegen. Die Schokolade grob klein hacken. Die Butter erhitzen und die Schokolade bei schwacher Hitze darin schmelzen lassen, dann etwas abkühlen lassen.
2. Die Eier mit Zucker, Vanillezucker und 1 Prise Salz schaumig schlagen. Mehl und Backpulver vermischen und die Mischung nach und nach unterrühren. Zum Schluss die noch flüssige Schokobutter ebenfalls unterrühren.
3. Den Teig gleichmäßig auf die Mulden des Muffinblechs verteilen und die Cup Cakes 20–25 Minuten backen. Auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.
4. Für die Verzierung die Schokolade grob hacken. Sahne in einen Topf geben und erhitzen. Schokolade zugeben und unter Rühren bei schwacher Hitze darin schmelzen lassen. Die Masse abkühlen lassen, dann mindestens 2 Stunden kalt stellen.
5. Die Mousse mit dem Handrührgerät cremig aufschlagen, dann auf die Cup Cakes streichen. Für die Haare Schokostreusel aufstreuen und leicht in die Mousse drücken.
6. Hellbraunes Marzipan dünn ausrollen und daraus 12 größere Kreise für die Schnauzen sowie 24 kleinere Kreise für die Ohren ausstechen oder ausschneiden. Mit geschmolzener Schokolade Mäuler und Nasenlöcher auf die Schnauzen malen. Schnauzen und Ohren auf den Cup Cakes platzieren.
7. Aus weißem Marzipan 24 kleine Kreise für die Augen ausstechen bzw. ausschneiden; aus grünem und blauem Marzipan die Pupillen gestalten. Die Augen über den Schnauzen auf die Cup Cakes setzen.



PIZZA-KOBRA

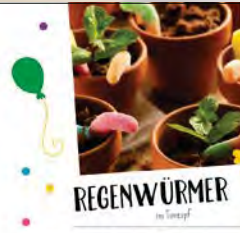
mit roten Fingernägeln



Für 12 Personen
 1200 g Vollkornmehl
 100 g Weizenmehl
 100 g Hefe
 100 g Salz
 100 g Zucker
 100 g Öl
 100 g Wasser
 100 g Tomatensauce
 100 g Käse
 100 g Pfefferoni
 100 g Pilze
 100 g Champignons
 100 g Paprika
 100 g Zwiebeln
 100 g Knoblauch
 100 g Basilikum
 100 g Petersilie
 100 g Schnittlauch
 100 g Dill
 100 g Schnittlauch
 100 g Dill
 100 g Schnittlauch

1. Das Mehl mit dem Salz, dem Zucker und dem Öl zu einem glatten Teig kneten. Den Teig 30 Minuten ruhen lassen.
 2. Den Teig in 12 Teile teilen und jeweils einen Teil zu einer Kugel formen.
 3. Die Kugeln auf einem Backblech auslegen und mit Tomatensauce bestreichen.
 4. Die Kugeln mit Käse, Pfefferoni, Pilzen, Champignons, Paprika, Zwiebeln, Knoblauch, Basilikum, Petersilie und Schnittlauch bestreuen.
 5. Die Kugeln im Backofen bei 200 °C für 15 Minuten backen.

1. Den Teig vorbereiten und das Backblech mit dem Öl einstreichen. Den Teig in 12 Teile teilen und jeweils einen Teil zu einer Kugel formen.
 2. Die Kugeln auf einem Backblech auslegen und mit Tomatensauce bestreichen.
 3. Die Kugeln mit Käse, Pfefferoni, Pilzen, Champignons, Paprika, Zwiebeln, Knoblauch, Basilikum, Petersilie und Schnittlauch bestreuen.
 4. Die Kugeln im Backofen bei 200 °C für 15 Minuten backen.



REGENWÜRMER
 im Topf

1. Das Mehl mit dem Salz, dem Zucker und dem Öl zu einem glatten Teig kneten. Den Teig 30 Minuten ruhen lassen.
 2. Den Teig in 12 Teile teilen und jeweils einen Teil zu einer Kugel formen.
 3. Die Kugeln auf einem Backblech auslegen und mit Tomatensauce bestreichen.
 4. Die Kugeln mit Käse, Pfefferoni, Pilzen, Champignons, Paprika, Zwiebeln, Knoblauch, Basilikum, Petersilie und Schnittlauch bestreuen.
 5. Die Kugeln im Backofen bei 200 °C für 15 Minuten backen.

ANANAS-FRITTEN

mit Frucht-Pudding

1. Die Ananas in kleine Stücke schneiden. Die Stücke in einem Sieb abtropfen lassen und gut abtrocknen.
 2. Die Ananasstücke in einem Mixer zu einem Pudding verarbeiten.
 3. Den Pudding mit Zucker und Vanille aromatisieren.
 4. Die Ananasstücke in den Pudding tauchen und gut beschichten.
 5. Die beschichteten Ananasstücke in einem heißen Öl frittieren.
 6. Die frittierten Ananasstücke auf einem Kuchengitter abtropfen lassen und abkühlen lassen.

Fun Food lässt Kinderaugen leuchten

Über 50 lustige und kunterbunte Rezepte für die perfekte Party

- ▶ Bestens gerüstet sein für den lange herbeigesehnten großen Tag
- ▶ Süßes und Herzhaftes für alle kleinen Geburtstagsgäste
- ▶ Einfach Spitze: Geister-Cupcakes, Ritterburg-Kuchen, Eiermäuse und vieles mehr!

NEU!
7,99€



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

**Lustige Rezepte für den
Kindergeburtstag**

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
96 Seiten
Format: 21 x 24 cm
Art.-Nr. 0/20/18053.00/FSM
ISBN 978-3-625-18053-1

€ 7,99



9 783625 180531



GRÜNKOHL-DATTEL-SMOOTHIE MIT BIRNE

1. Grünkohlblätter putzen, waschen, trocknen und zerteilen. Die Datteln entkernen. Die Banane schälen und in Stücke schneiden. Die Birne waschen, nicht schälen, vierteln und entkernen. Die Limette schälen.
2. Alles zusammen mit ca. 500 ml Wasser im Mixer schaumig pürieren. Je nach Geschmack kann auch etwas mehr Wasser verwendet werden.

Für 2 Gläser à ca. 350 ml
 2-3 Grünkohlblätter
 4 Datteln
 1 Banane
 1 Birne
 1/2 Limette



ROTE-BETE-SMOOTHIE MIT TRAUBEN

Für 2 Gläser à ca. 350 ml
 8 Blätter Rote Bete • 1 Handvoll grüne Trauben
 1 Mango • 1 Avocado • 1 Spritzer Zitrone

1. Die Blätter waschen, trocknen, putzen und zerkleinern. Die Trauben waschen und vom Stiel zupfen. Zusammen mit den Blättern in den Mixer geben.
2. Die Mango schälen und das Fruchtfleisch vom Stein lösen. Die Avocado waschen, halbieren und entkernen. Mitsamt der Schale in den Mixer geben. Den Zitronensaft und ca. 500 ml Wasser hinzufügen. Alles schaumig pürieren.



BABYSPINAT-SMOOTHIE MIT NEKTARINEN

1. Den Spinat putzen und waschen. Die Minze waschen. Beides in den Mixer geben.
2. Die Nektarinen waschen, vierteln und entsteinen. Die Kiwis schälen und grob zerteilen. Den Apfel waschen, vierteln und entsteinen.
3. Alle Zutaten zu Spinat und Minze in den Mixer geben. 500 ml Wasser dazugießen und alles auf höchster Stufe schaumig pürieren.

Für 2 Gläser à ca. 350 ml
 2 Handvoll Baby-Spinat
 1 Stängel Pfefferminze
 2 Nektarinen
 2 Kiwis
 1 Apfel



BIRNEN-SMOOTHIE MIT MÖHRENGRÜN

1. Das Möhrengrün und das Fenchelgrün waschen und in den Mixer geben. Die Birnen waschen, nicht schälen und vierteln. Die Kerne entfernen. Das Fruchtfleisch grob zerteilen. Zusammen mit dem Gemüsegrün in den Mixer geben.
2. Die Datteln entsteinen, die gelben Pflaumen waschen, ebenfalls entsteinen. Beides in den Mixer geben. Ca. 500 ml Wasser dazugießen und alles schaumig pürieren.

Für 2 Gläser à ca. 350 ml
 2 Handvoll Möhrengrün • 1 Handvoll Fenchelgrün • 2 Birnen
 4 Datteln • 5 gelbe Pflaumen



GRÜNE SMOOTHIES 11



ZUTATEN FÜR JE 2 BOWLS À 200 ML

HIMBEER-VANILLE-SMOOTHIE-BOWL

400 ml • 200 g Himbeeren (TK) • 100 ml Vanillesauce
 Für das Topping: 40 g Schokolade • 200 ml Vanillesauce
 200 ml Milch • 1 Handvoll Heidelbeeren • 1 Spritzer Zitronensaft
 100 ml Joghurt • 100 ml Mandelmilch • 100 ml Kokosmilch
 Für das Topping: 100 ml Mandelmilch • 2 TL Agavendicksaft • 100 ml Schokolade
 1 TL Vanille • 1 TL Kokosöl

BEEREN-SCHOKO-SMOOTHIE-BOWL

2 Avocados • 200 g gemahlene Schokolade • 2 TL Vanillesauce
 2 Handvoll Heidelbeeren • 100 ml Mandelmilch • 100 ml Kokosmilch
 Für das Topping: 100 ml Mandelmilch • 2 TL Agavendicksaft • 100 ml Schokolade
 1 TL Vanille • 1 TL Kokosöl

BOWLS MIT HELDENTRINKEN UND PFLANZENMILCH



Für 1 Glas à ca. 200 ml
 1 Banane
 1 TL Vanillesauce
 1 TL Agavendicksaft
 200 ml Milch
 1 Spritzer Zitronensaft

Die Mandeln in einem leistungsstarken Mixer geben und erst zu feinem Mehl, dann zu Mandelmilch verarbeiten. Das Mehl anschließend immer wieder anschauen, damit die Masse nicht zu heiß wird und gerinnt. Die Mandelflocken dazugeben und alles noch mal sehr fein vermahlen. Die Banane in kleine Stücke schneiden und mit dem Agavendicksaft, der Milch, dem Salz und dem Zitronensaft zur Handmixer geben. Alles auf hoher Stufe zu einem cremigen Smoothie mischen und sofort servieren.

SHAKES MIT MILCH-PRODUKTEN

GESUND-UND-MUNTER-FRÜHSTÜCKSTRUNK

Die Banane schälen und in Stücke schneiden. Nektarinen oder Äpfel waschen, entkernen, von Steinen lösen. Kerngehäuse entfernen und grob zerkleinern. Dann zuerst den Joghurt, die Pflaumenmilch und den Orangensaft in einen Mixer geben. Die restlichen Zutaten hinzugeben und 30 Sekunden - 1 Minute auf höchster Stufe fein pürieren. Der Drink kann auch mit dem Süßholzwurzel gemischt werden, muss dabei aber ca. 2 Minuten gelängert werden. Dann nachher die auch besser bereits gekauten verwenden.



Für 2 Gläser à ca. 300 ml
 1 Banane
 2 Nektarinen oder Äpfel
 1 TL Orangensaft
 200 ml Pflaumenmilch
 100 ml Joghurt
 1 TL Süßholzwurzel
 1 TL Süßholzwurzel
 1 TL Süßholzwurzel
 1 TL Süßholzwurzel
 1 TL Süßholzwurzel
 1 TL Süßholzwurzel

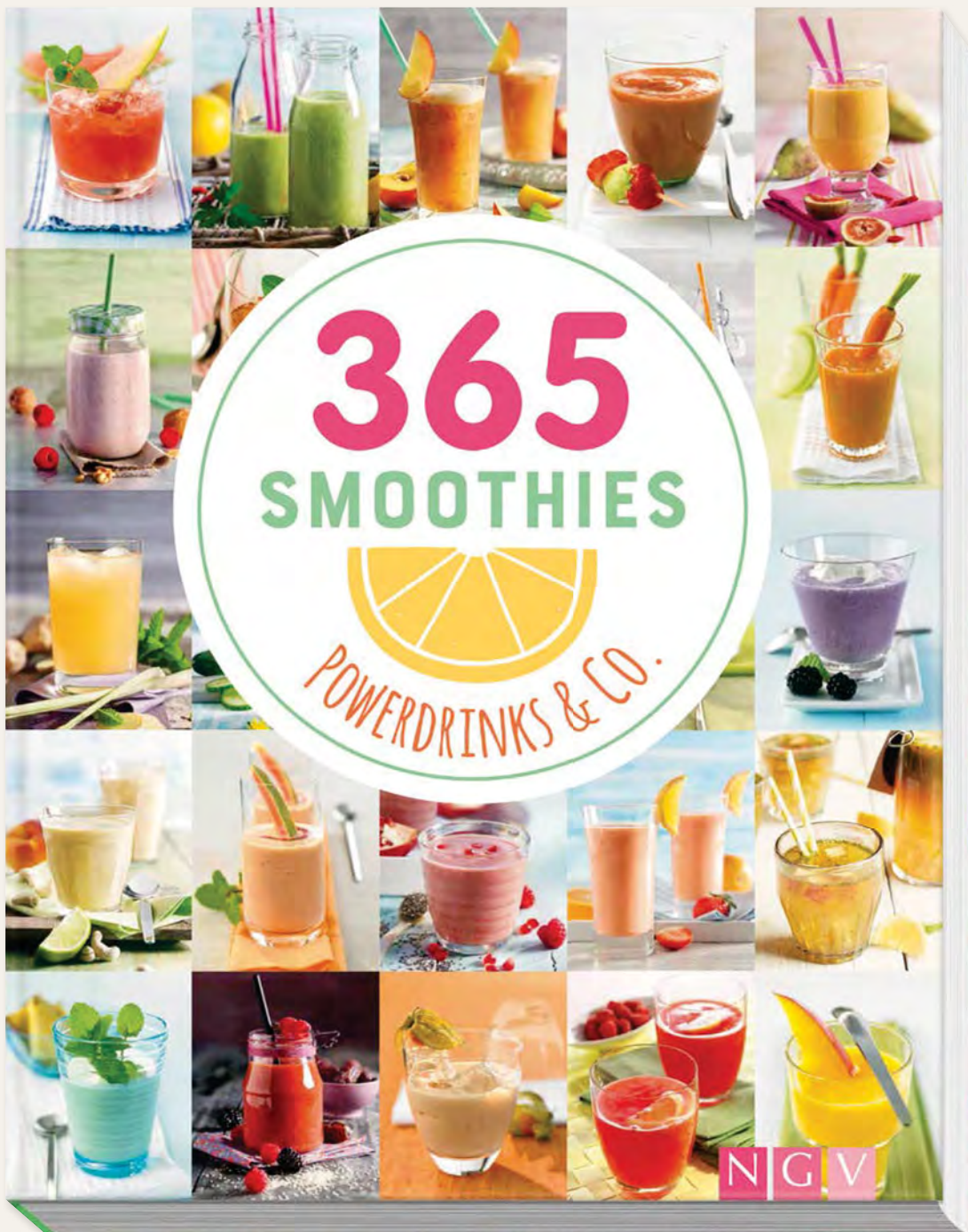
SHAKES MIT HELDENTRINKEN

Mix-Power für gesundheitsbewusste Genießer

365 frische, abwechslungsreiche Rezepte für jeden Tag

- ▶ Smoothies, Shakes, Säfte, Limonaden, frische Detox-Wässer und bunte Smoothie Bowls
- ▶ Jedes Rezept mit frischem Farbfoto

NEU!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
März 2018**

**365 Smoothies,
Powerdrinks & Co.**

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
208 Seiten

Format: 19 x 24,5 cm
Art.-Nr. 0/20/18138.00/FSM
ISBN 978-3-625-18138-5

€ 9,99





140 Suppen und Eintöpfe

Suppen und Eintöpfe 141



- 4 rote Paprikaschoten
- 2 kleine Zwiebeln
- 2 Rosmarinzwige
- 1 rote Chilisohle
- 2-3 Ei Olivenöl
- 800 ml Gemüsebrühe
- 250 ml Sahne
- 150 g Ricotta
- Salz
- Pfeffer
- 1 TI Honig
- 2 Ei rote Paprikawürfel

Paprika-Ricotta-Suppe mit Honig



1. Die Paprikaschoten waschen, vierteln, entkernen, weiße Trennhäute entfernen. Paprika in Würfel schneiden, Zwiebeln schälen und fein hacken. Rosmarin abpflücken, trocken schütteln, die Nadeln abzupfen und fein hacken. Chili abspülen, halbieren, entkernen und sehr fein würfeln.
2. Das Öl in einem Topf bei mittlerer Temperatur erhitzen. Paprika, Zwiebeln und Chili zugeben und unter Rühren ca. 8 Minuten andünsten. Mit der Brühe ablöschen, aufkochen und bei schwacher Hitze 10 Minuten köcheln lassen.
3. Sahne einrühren, den Topf vom Herd ziehen und die Suppe fein pürieren. Erneut aufkochen lassen und wieder vom Herd nehmen.
4. Ricotta und gehackte Rosmarinnadeln unterrühren und die Suppe mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken. Die Suppe anrichten und mit Paprikawürfeln bestreuen.

Pro Portion ca. 380 kcal/1591 kJ 6 g E, 33 g F, 10 g KH

Möhrensuppe mit Ingwer

- 200 g Lauch - 200 g Knoblauchsellerie - 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehen - 600 g Möhren - 2 Ei Olivenöl - 1 Ei Frischgeiebener Ingwer - 1,5 Rindfleischbrühe - 200 ml Sahne
- Salz - Pfeffer

4 Portionen

1. Den Lauch waschen, putzen und in Ringe schneiden. Den Sellerie schälen und fein würfeln. Schalotte und Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Möhren gründlich waschen, putzen und mit Schale fein raspeln.
2. Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und das Gemüse für einige Minuten weich dünsten. Die Brühe zugeben und alles ca. 20 Minuten köcheln lassen. Die Suppe fein pürieren.
3. Die Sahne angießen und die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Erneut vorsichtig erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen, dann servieren.

Pro Portion ca. 441 kcal/1846 kJ 28 g E, 31 g F, 15 g KH



Gurken-Minz-Suppe

- 600 g Gurken - 1 Zucchini - 1 Stange Staudensellerie
- 2 Zweige frische Minze - 1 Knoblauchzehen - 100 ml Mandelmilch - 1 Ei kaltgepresstes Olivenöl - 1/2 TI Salz
- 1 TI Zitronensaft - Pfeffer - 2 Ei Rote Rettichsprossen

2 Portionen

1. Das Gemüse und die Minze gründlich waschen und abtropfen lassen.
2. Anschließend die Gurken schälen und zusammen mit der Zucchini in grobe Stücke schneiden. Die Knoblauchzehen schälen und mit den Gemüsstücken in einen Standmixer geben. Weiterhin abgezupfte Minzblätter, Mandelmilch, Olivenöl, Salz und Zitronensaft hinzufügen und alles fein pürieren. Mit Pfeffer abschmecken.
3. Den Staudensellerie in feine Scheiben schneiden und mit der Gurken-Minz-Suppe und den Rettichsprossen anrichten.

Pro Portion ca. 120 kcal/502 kJ 6 g E, 6 g F, 10 g KH



23 Suppen

Suppen 23



Schöne Spaghetti aus Zucchini und Pastinake

- 4 große Tomaten ca. 400 g
- 1 große Pastinake ca. 300 g
- 1 große Zucchini ca. 300 g
- 2 Zwiebeln ca. 100 g
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Ei Olivenöl
- 10 g Butter
- 10 g Parmesan
- 10 g frisch gemahlener Pfeffer
- 10 g Salz
- 10 g Pfeffer
- 10 g Honig
- 10 g Zitronensaft
- 10 g Balsamico
- 10 g Olivenöl
- 10 g Salz
- 10 g Pfeffer
- 10 g Honig
- 10 g Zitronensaft
- 10 g Balsamico



Spagheti-Pizza mit Kürbis, Maniok und Pesto-Käse

- 100 g Spaghetti (ca. 200 g)
- 100 g Kürbis
- 100 g Maniok
- 100 g Pesto
- 100 g Käse
- 100 g Salz
- 100 g Pfeffer
- 100 g Honig
- 100 g Zitronensaft
- 100 g Balsamico
- 100 g Olivenöl
- 100 g Salz
- 100 g Pfeffer
- 100 g Honig
- 100 g Zitronensaft
- 100 g Balsamico

209 Desserts

Desserts 209



Avocado-Creme mit Himbeeren

- 100 g Avocado
- 100 g Himbeeren
- 100 g Salz
- 100 g Pfeffer
- 100 g Honig
- 100 g Zitronensaft
- 100 g Balsamico
- 100 g Olivenöl
- 100 g Salz
- 100 g Pfeffer
- 100 g Honig
- 100 g Zitronensaft
- 100 g Balsamico



Bayerische Creme mit Beeren

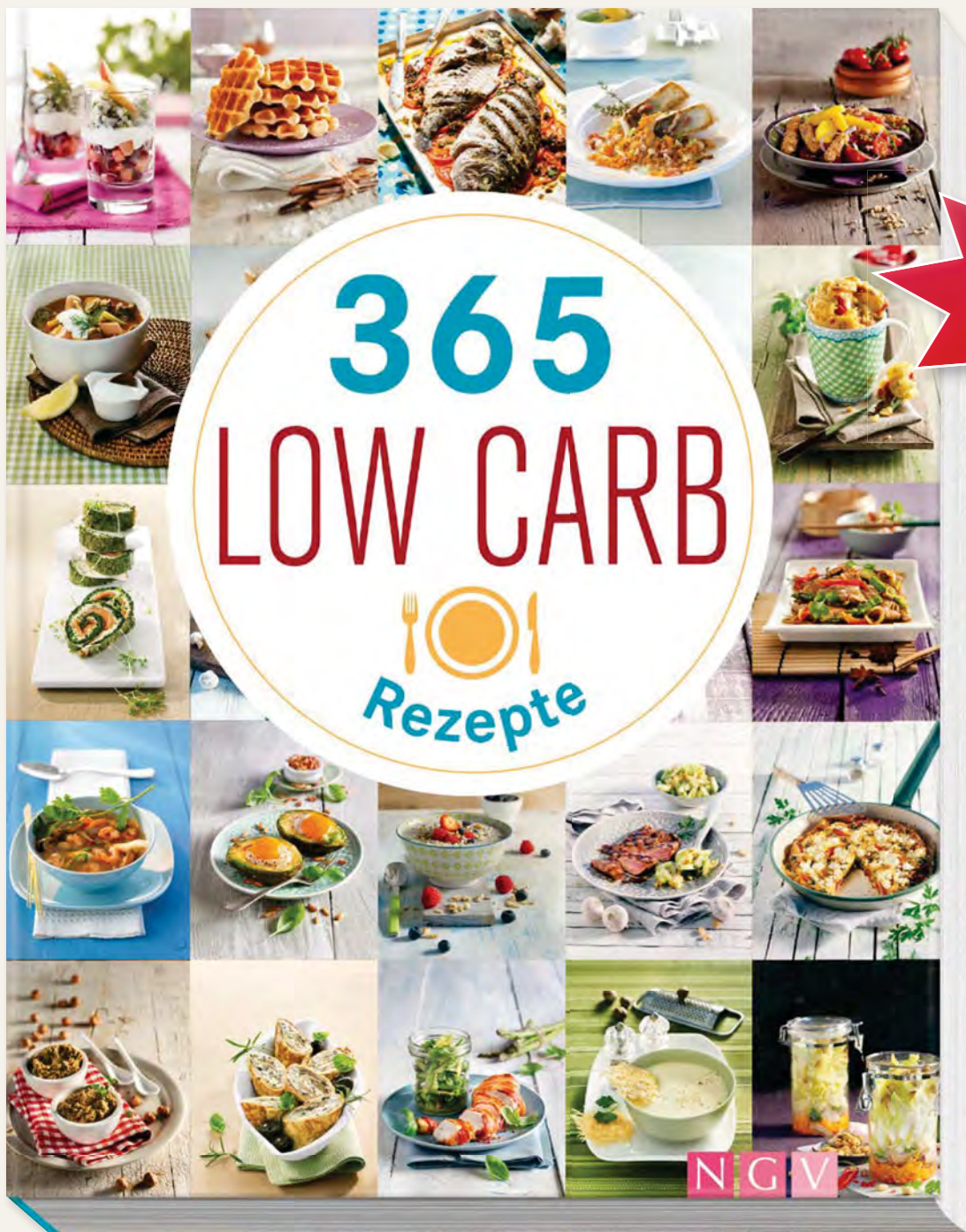
- 100 g Sahne
- 100 g Beeren
- 100 g Salz
- 100 g Pfeffer
- 100 g Honig
- 100 g Zitronensaft
- 100 g Balsamico
- 100 g Olivenöl
- 100 g Salz
- 100 g Pfeffer
- 100 g Honig
- 100 g Zitronensaft
- 100 g Balsamico

Gesund und fit, Tag für Tag

365 Low-Carb-Rezepte bringen Abwechslung auf den Tisch

- ▶ Ob Frühstück, Feierabend oder Feiertag, mittags im Büro oder einfach zwischendurch: Low Carb macht schlank, satt und hält fit
- ▶ Der Trend hält an: immer mehr Menschen nehmen ab mit Low Carb
- ▶ Jedes Rezept mit brillantem Farbfoto

NEU!
9,99€



Über
300 Seiten!



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

**Erscheint im
März 2018**

365 Low-Carb-Rezepte

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
304 Seiten

Format: 19 x 24,5 cm
Art.-Nr. 0/20/18139.00/FSM
ISBN 978-3-625-18139-2

€ 9,99



N G V



QUINOA-RISOTTO

mit Pilzen

- 4 Portionen
- ca. 30 Minuten
- Pro Portion ca. 267 kcal/1118 kJ
14 g E, 18 g F, 14 g KH

ZUTATEN

- 1 Knoblauchzehe
- 30 g Haselnüsse
- Salz
- etwas abgeriebene Schale von 1 unbehandelten Zitrone
- 2 Schalotten
- 650 g kleine Champignons
- 1 Bund frische glatte Petersilie
- 70 g Quinoa
- 2 El Olivenöl
- Pfeffer
- 100 g Babyspinat
- 30 g geriebener Parmesan
- 20 g Butter
- roter Pfeffer nach Belieben

- 1 Den Knoblauch schälen und mit den Haselnüssen, etwas Salz und der Zitronenschale in einem Mixer fein zermahlen, dann beiseitestellen.
- 2 Die Schalotten schälen und fein würfeln. Die Champignons putzen, mit Küchenkrepp abreiben und in feine Scheiben schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schüteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Quinoa gründlich in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen und abtropfen lassen.
- 3 Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotten darin andünsten, bis sie leicht Farbe nehmen. Die Champignons dazugeben und braten, bis sie bräunen, dann Quinoa und 500 Milliliter heißes Wasser angießen und alles gut vermehren. Salzen und pfeffern und ca. 15 Minuten köcheln lassen, bis die Quinoa weich und alle Flüssigkeit verkocht ist. Ggf. noch etwas Flüssigkeit nachgießen und dabei regelmäßig umrühren.
- 4 Petersilie und Spinat einrühren, dann Parmesan und Butter dazugeben und alles gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den gewürzten Haselnüssen bestreut servieren. Nach Belieben mit rotem Pfeffer garnieren.



106 VEGETARISCHES

SEELACHS auf Rahmwirsing

- 1 Die Seelachsfilets über die Wärme entfalten. Das Salz spritzt und das Fleisch transparenter. Die Seelachsfilets abdecken. Die Seelachsfilets dann die Hälfte in reichlich kochendem Wasser garen lassen. Abdecken und abtropfen lassen.
- 2 Die Seelachsfilets auf ein feines Sieb abtropfen lassen. In einem sauberen Topf ansetzen und die Zwiebeln über 5-10 Minuten dünsten. Mit Wein ablöschen und abtropfen lassen. Das Rahmwirsing in 20 Minuten auf die Hälfte reduzieren. Das Seelachsfilet dazugeben und über 10 Minuten garen lassen.
- 3 Das Rahmwirsing in die Seelachsfilets geben, salzen und mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken. Salzen und Pfeffer nach Belieben. Das Seelachsfilet und Rahmwirsing auf ein feines Sieb abtropfen lassen und abtropfen lassen.

ZUTATEN

100 g Seelachsfilet
100 g Rahmwirsing
1 Zwiebel
100 ml Weißwein
100 ml Wasser
100 ml Butter
100 ml Majoran
100 ml Pfeffer
100 ml Salz

WILDKRÄUTERSUPPE mit Knoblauch

- 1 Die Kräuter waschen und die Stängel entfernen. In kochendem Wasser eine Minute blanchieren. Gut abtropfen und abgießen lassen. Das Knoblauch in einem großen Topf ansetzen und über 10 Minuten köcheln lassen. Die Kräuter dazugeben und über 10 Minuten köcheln lassen. Die Kräuter abtropfen lassen und abgießen lassen. Die Kräuter abtropfen lassen und abgießen lassen.
- 2 Die Suppe mit 1 Liter Wasser ansetzen und über 10 Minuten köcheln lassen. Die Suppe abtropfen lassen und abgießen lassen. Die Suppe abtropfen lassen und abgießen lassen.

ZUTATEN

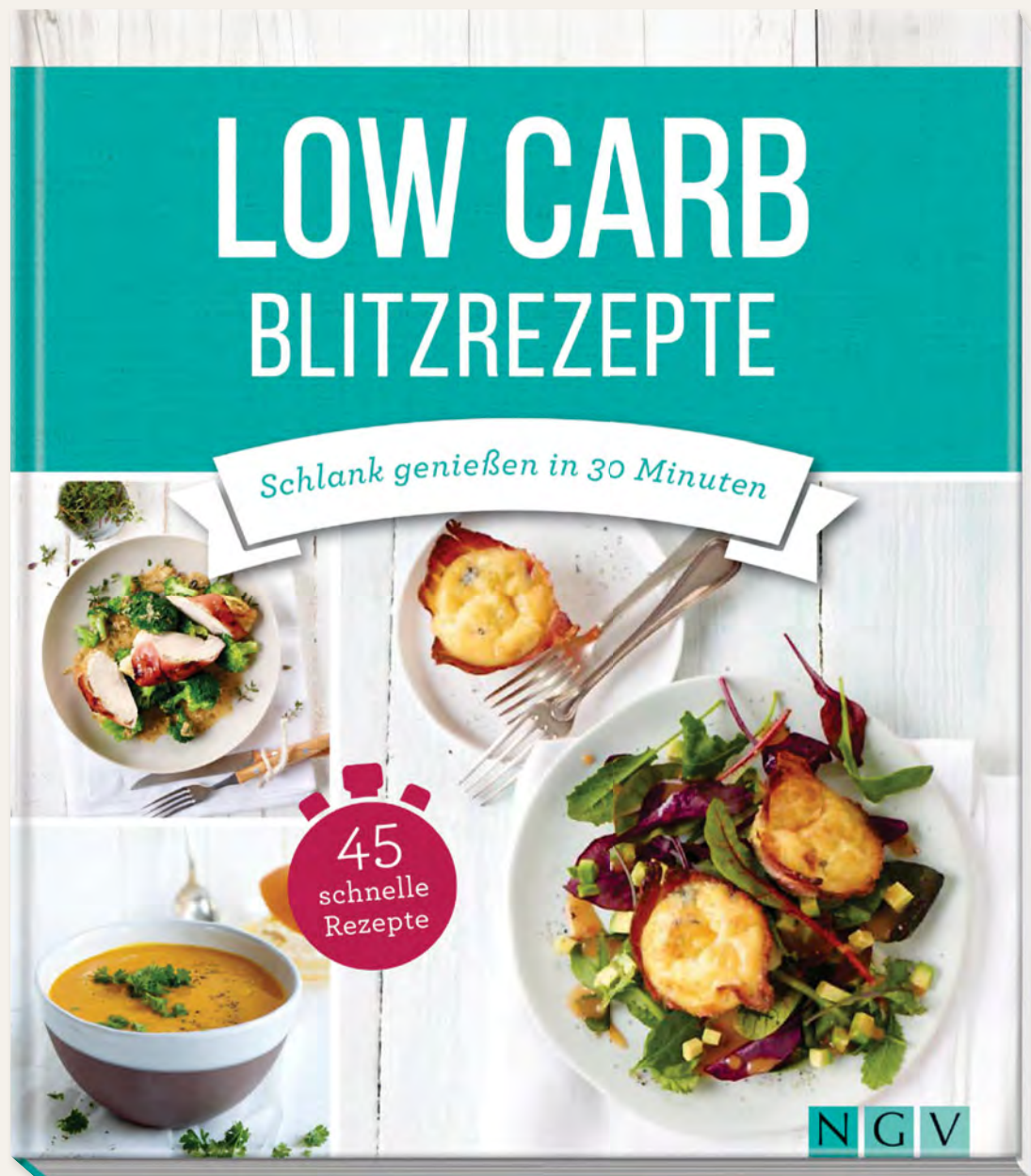
100 g Wildkräuter
100 g Knoblauch
100 g Wasser
100 g Pfeffer
100 g Salz

Schnell kochen, schlank genießen

Über 45 schnelle Rezepte, die satt machen und beim Abnehmen helfen

- ▶ Einfache Zubereitung, alltagstauglich und besonders für Berufstätige geeignet, die nach der Arbeit eine gesunde Mahlzeit essen möchten
- ▶ Alle Gerichte mit einer Zubereitungszeit von maximal 30 Minuten

NEU!
7,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldbirtschaft

Erscheint im März 2018

Low Carb Blitzrezepte

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
112 Seiten

Format: 21 x 24 cm
Art.-Nr. 0/20/18140.00/FSM
ISBN 978-3-625-18140-8

€ 7,99





KOKOSSUPPE

mit Möhrenspaghetti und Garnelen

- 4 Portionen
- ca. 35 Minuten
- Pro Portion ca. 220 kcal/921 kJ
11 g E, 13 g F, 14 g KH

ZUTATEN

- 1 Bund Petersilie
- 1 Zwiebel
- 600 g Möhren
- 4 El Olivenöl
- 1 Tl gemahlener Koriander
- 1 Tl Kurkuma
- 400 ml Gemüsebrühe
- 400 ml Kokosmilch
- Salz
- Pfeffer
- 200 g rohe Garnelen (Rüchert fertig vorbereitet)
- 1 Tl Currypulver
- 1/2 Tl Cayennepeffer

- 1 Die Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Die Möhren schälen, die Enden abschneiden und mit dem Spiralschneider in dünne Spaghettis schneiden, zwischendurch die Nudeln kürzen.
- 2 In einem Topf 2 Esslöffel Olivenöl erhitzen und die Zwiebel anschwitzen. Die Möhrenspaghetti, Koriander und Kurkuma zugeben und kurz mitbraten. Mit Gemüsebrühe und Kokosmilch aufgießen, aufkochen und 2-3 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 3 In einer Pfanne das restliche Olivenöl erhitzen. Die Garnelen, das Currypulver und den Cayennepeffer zugeben und 2-3 Minuten braten.
- 4 Die Suppe in tiefen Tellern anrichten. Die Garnelen darauf verteilen und mit Petersilie bestreuen. Sofort servieren.

DETOX-EFFEKT

Kurkuma und Koriander sind echte Detox-Wunder. Sie regen die Verdauung an, wirken sich positiv auf die Gallenproduktion aus und haben eine ausleitende Wirkung.



GEFLÜGELBRÜHE

- 1 Hähnchen, 1 Meise
- 1 Karotte
- 1 Zwiebel
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Pfeffer
- Salz
- Wasser

- 1 Die Vogelhälften (Hähnchen, Meise) waschen, trocken schütteln und in Stücke schneiden. Die Karotte, die Zwiebel und das Lorbeerblatt waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Pfefferkörner waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- 2 Die Karotte, die Zwiebel und die Pfefferkörner in einen Topf geben und mit kaltem Wasser (ca. 2 Liter) bedecken. Die Pfefferkörner und das Lorbeerblatt waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Pfefferkörner waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- 3 Die Karotte, die Zwiebel und die Pfefferkörner in einen Topf geben und mit kaltem Wasser (ca. 2 Liter) bedecken. Die Pfefferkörner und das Lorbeerblatt waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Pfefferkörner waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- 4 Die Karotte, die Zwiebel und die Pfefferkörner in einen Topf geben und mit kaltem Wasser (ca. 2 Liter) bedecken. Die Pfefferkörner und das Lorbeerblatt waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Pfefferkörner waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- 5 Die Karotte, die Zwiebel und die Pfefferkörner in einen Topf geben und mit kaltem Wasser (ca. 2 Liter) bedecken. Die Pfefferkörner und das Lorbeerblatt waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Pfefferkörner waschen, trocken schütteln und fein hacken.



TIPP
In kleinen Dosen abkühlen lassen und im Gefrierfach aufbewahren. So kann die Brühe jederzeit verwendet werden.

KÜRBIS-KURKUMA-SUPPE

- 1 Kürbis
- 1 Zwiebel
- 1 Karotte
- 1 Pfeffer
- Salz
- Wasser

- 1 Die Kürbisstücke in einem Topf mit Wasser (ca. 2 Liter) kochen lassen. Die Zwiebel, die Karotte und den Pfeffer waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- 2 Die Kürbisstücke in einem Topf mit Wasser (ca. 2 Liter) kochen lassen. Die Zwiebel, die Karotte und den Pfeffer waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- 3 Die Kürbisstücke in einem Topf mit Wasser (ca. 2 Liter) kochen lassen. Die Zwiebel, die Karotte und den Pfeffer waschen, trocken schütteln und fein hacken.

POWER-EFFEKT

Kürbis ist ein wertvolles Nahrungsmittel und enthält viele Vitamine und Mineralien. Er ist ein gutes Mittel gegen Bluthochdruck und Diabetes.



FENCHEL-MÖHREN-SUPPE

- 1 Fenchel
- 1 Karotte
- 1 Zwiebel
- 1 Pfeffer
- Salz
- Wasser

- 1 Die Fenchelstücke in einem Topf mit Wasser (ca. 2 Liter) kochen lassen. Die Karotte, die Zwiebel und den Pfeffer waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- 2 Die Fenchelstücke in einem Topf mit Wasser (ca. 2 Liter) kochen lassen. Die Karotte, die Zwiebel und den Pfeffer waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- 3 Die Fenchelstücke in einem Topf mit Wasser (ca. 2 Liter) kochen lassen. Die Karotte, die Zwiebel und den Pfeffer waschen, trocken schütteln und fein hacken.

POWER-EFFEKT

Fenchel ist ein wertvolles Nahrungsmittel und enthält viele Vitamine und Mineralien. Er ist ein gutes Mittel gegen Bluthochdruck und Diabetes.

Gesund und lecker kann so einfach sein

Suppen und Brühen – S(o)uperfood für jede Jahreszeit und jede Gelegenheit

- ▶ Suppenglück pur: über 40 Rezepte für jeden Tag
- ▶ Suppen für alle: Magische Brühen, Detox- und Low-Carb-Suppen, Suppen aus dem Mixer und Instant-Suppen fürs Büro und Unterwegs
- ▶ Suppen mit Power: raffinierte Ideen für Toppings und Einlagen sowie 3-Tage-Detox-Plan

NEU!
7,99€

SUPER-SUPPEN

Magische Brühen, Low-Carb-Suppen,
Cup Soups & Co.



NGV



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldbirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

Super-Suppen

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
96 Seiten

Format: 21 x 24 cm
Art.-Nr. 0/20/18054.00/FSM
ISBN 978-3-625-18054-8

€ 7,99

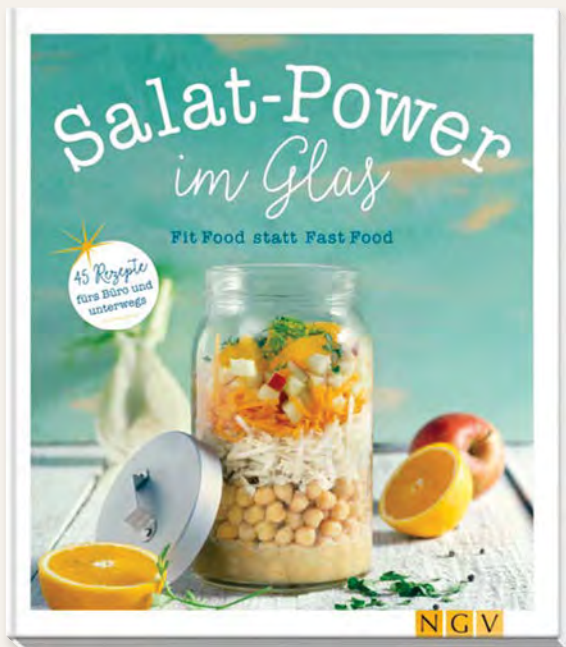


9 783625 180548

Bleib gesund!

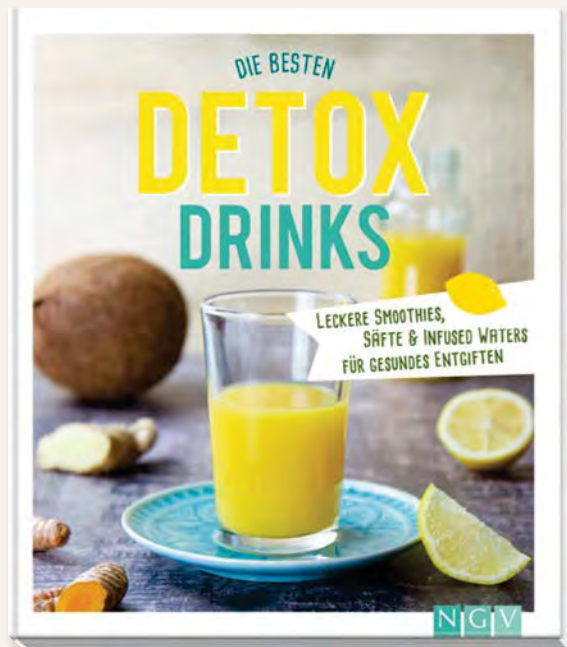
DIE Kochbücher rund ums Trendthema gesunde Ernährung

Lieferbar!
je Band
7,99€



Salat-Power im Glas

112 Seiten
Art.-Nr. 0/20/17827.00/FSM
ISBN 978-3-625-17827-9



Die besten Detox-Drinks

112 Seiten
Art.-Nr. 0/20/17826.00/FSM
ISBN 978-3-625-17826-2



Frisch gepresste Säfte

112 Seiten
Art.-Nr. 0/20/17831.00/FSM
ISBN 978-3-625-17831-6



Darmgesundheit – Das Kochbuch

128 Seiten
Art.-Nr. 0/20/17816.00/FSM
ISBN 978-3-625-17816-3

gebunden – Format: 21 x 24 cm – je Band: € 7,99

Alle Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Homemade ist Trend

Einkochen, Einlegen, Fermentieren: so einfach und lecker kann Haltbarmachen sein

Lieferbar!
9,99€

- ▶ Über 100 Rezepte sorgen für Abwechslung in Vorratskammer und Kühlschrank
- ▶ Gesund, lecker und absolut angesagt: tolle Rezeptideen mit Milchsäuregärung
- ▶ Frei von künstlichen Zusätzen: Natürliches und selbst gemachtes Essen liegt voll im Trend
- ▶ Wegwerfen ist out – Haltbarmachen ist in

DAS GROSSE BUCH vom Haltbarmachen

Über 100 Rezepte, einfach und lecker

Fermentieren,
Einlegen, Einkochen,
Dörren, Räuchern
und mehr



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Das große Buch vom Haltbarmachen

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
192 Seiten

Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17943.00/FSM
ISBN 978-3-625-17943-6

€ 9,99

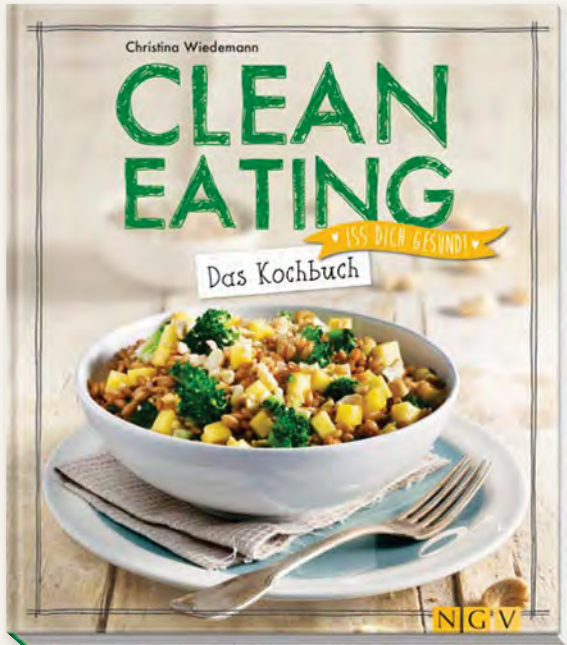


NGV

Für Besser-Esser

Die besten Rezepte für eine gesunde Ernährung

Lieferbar!
je Band
7,99€



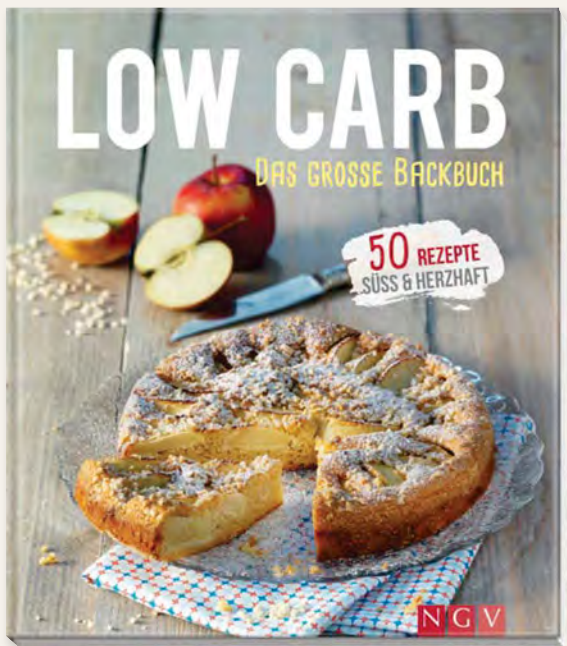
Clean Eating – Das Kochbuch

Art.-Nr. 0/20/17492.00/FSM
ISBN 978-3-625-17492-9



Clean Eating – Das Backbuch

Art.-Nr. 0/20/17817.00/FSM
ISBN 978-3-625-17817-0



Low Carb – Das große Backbuch

Art.-Nr. 0/20/17818.00/FSM
ISBN 978-3-625-17818-7



Backen ohne Zucker

Art.-Nr. 0/20/17601.00/FSM
ISBN 978-3-625-17601-5



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

gebunden – 128 Seiten – Format: 21 x 24 cm – je Band: € 7,99

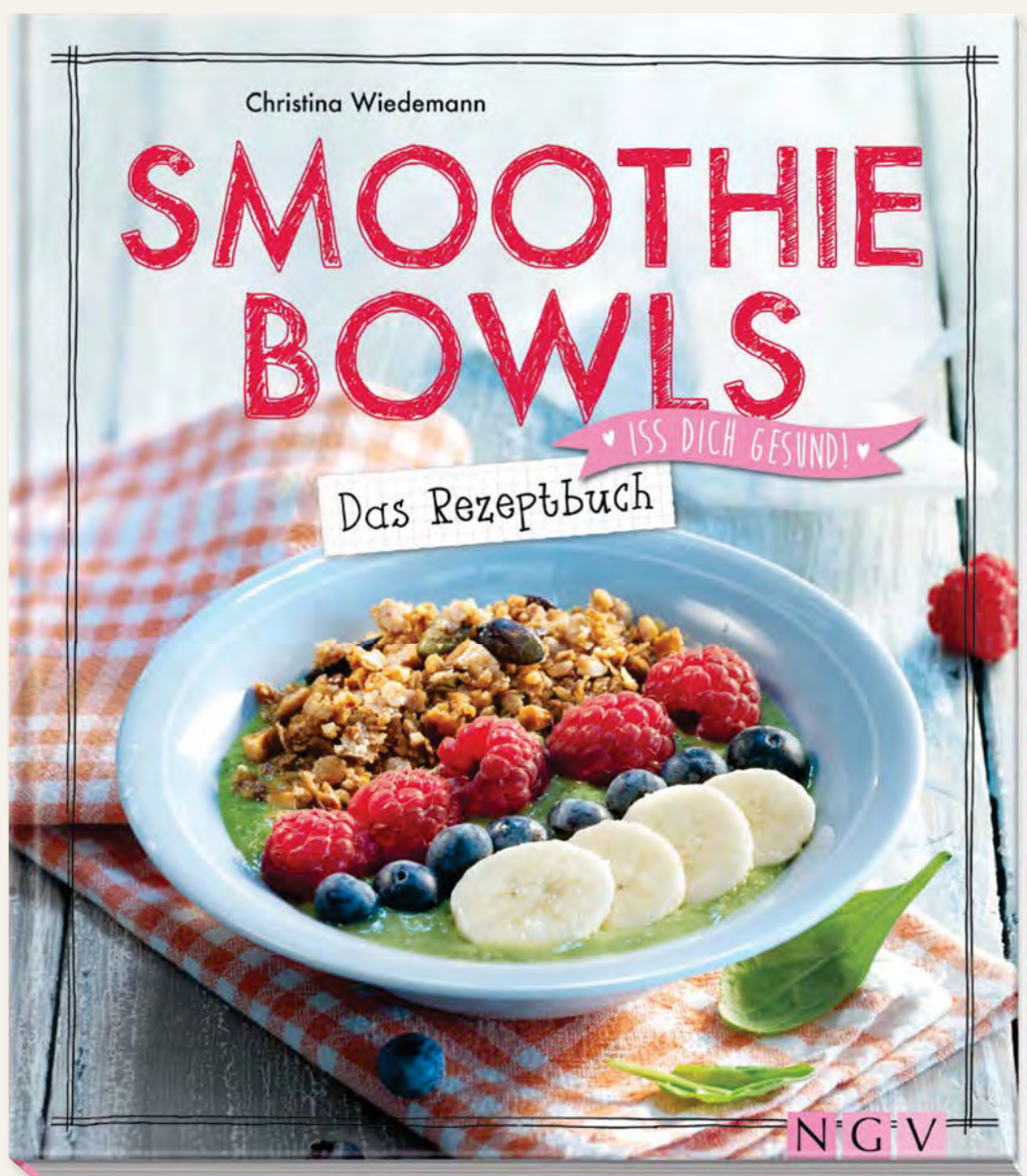
Alle Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

Smoothies zum Löffeln

Smoothie Bowls sind fruchtig-frisch verzierte, cremigere Smoothies zum Löffeln anstatt zum Trinken

- ▶ 50 frische und einfache, abwechslungsreiche Frühstücksrezepte, die ohne viel Aufwand schnell zubereitet sind
- ▶ Mit ausführlicher Einleitung zur Zubereitung und wertvollen Tipps zur Anreicherung der Bowls mit leckeren und gesunden Toppings
- ▶ Auch mit laktosefreien, veganen und glutenfreien Rezepten

Lieferbar!
7,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Smoothie Bowls Das Rezeptbuch

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
128 Seiten
Format: 21 x 24 cm
Art.-Nr. 0/20/17562.00/FSM
ISBN 978-3-625-17562-9

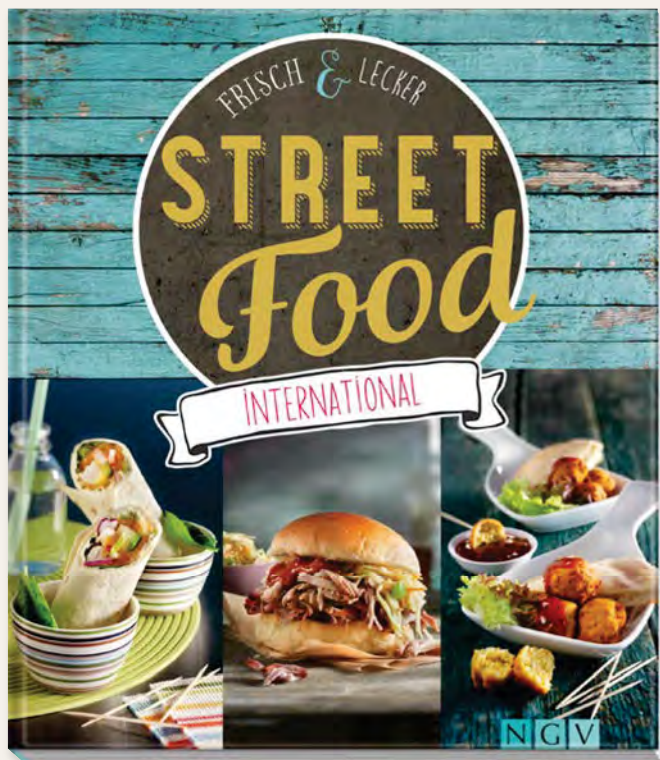
€ 7,99



Food-Trends, wie wir sie lieben!

Der perfekte Einstieg in die Trendküche

Lieferbar!
9,99€



- 50 leckere Street-Food-Rezepte aus aller Welt: Europa, Türkei & Orient, USA, Tex-Mex-, asiatische und indische Küche

Street Food international

Folienprägung
Art.-Nr. 0/20/17665.00/FSM
ISBN 978-3-625-17665-7

€ 9,99



9 783625 176657

- Zupfen statt schneiden: der neue Trend aus den USA für Partys, zum Grillen oder einfach so für zwischendurch

Lieferbar!
7,99€

Pull-Apart-Breads

Art.-Nr. 0/20/17829.00/FSM
ISBN 978-3-625-17829-3

€ 7,99



9 783625 178293



Beide Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

gebunden – 128 Seiten – Format: 21 x 24 cm

Gesunde Trends und Szeneküche

Lieferbar!
je Band
9,99€



Das Spiralschneider-Kochbuch

Art.-Nr. 0/20/17595.00/FSM
ISBN 978-3-625-17595-7

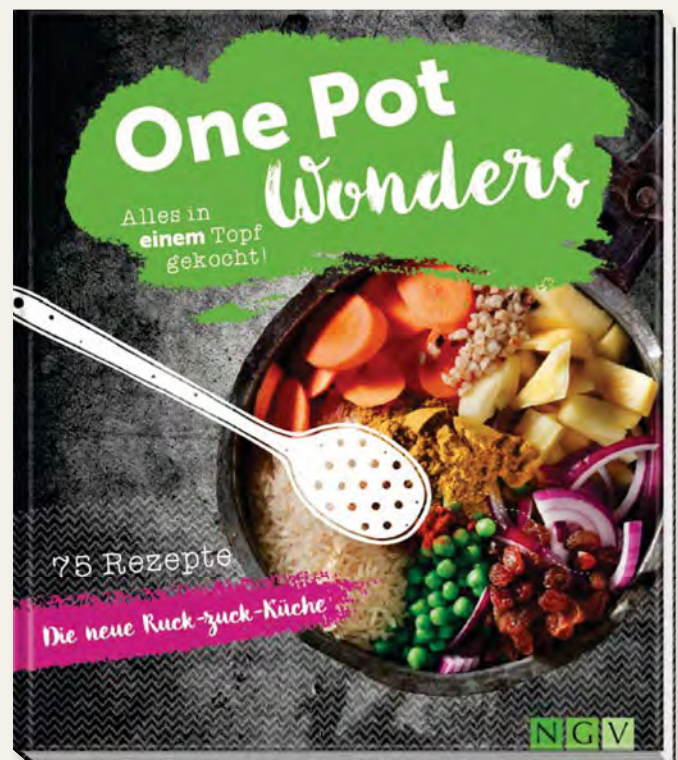


- ▶ 57 Trend-Rezepte für jede Gelegenheit: Salate, Suppen, Hauptgerichte, Snacks und Desserts

- ▶ One Pots, die neuen Ruck-zuck-Gerichte: ideal für Kochanfänger, Familien und alle, die schnelle und originelle Rezepte lieben

One Pot Wonders

Art.-Nr. 0/20/17599.00/FSM
ISBN 978-3-625-17599-5



Beide Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

gebunden – 128 Seiten – Format: 21 x 24 cm – je Band: € 9,99

Grillen wie die Weltmeister

Grillgenuss mit und ohne Fleisch

Lieferbar!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

- ▶ 100 Rezepte, 20 exklusiv von BBQPit – dem „besten deutschen Grill- und BBQ-Blogger“ (käuferportal.de)

* Im Team mit den BBQ Wieseln

Das ultimative Grillbuch

gebunden, mit Folienprägung und zahlreichen farbigen Abbildungen
208 Seiten
Format: 19 x 24,5 cm
Art.-Nr. 0/20/17830.00/FSM
ISBN 978-3-625-17830-9
€ 9,99



9 783625 178309



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Das ultimative Burger-Grillbuch

gebunden, mit Silberfolienprägung und zahlreichen farbigen Abbildungen
160 Seiten
Format: 22 x 22 cm
Art.-Nr. 0/20/13969.00/FSM
ISBN 978-3-625-13969-0
€ 9,99



9 783625 139690

Lieferbar!
9,99€

Für Männer mit Geschmack

Mehr als 75 köstliche Rezepte für echte Kerle: herzhaft, einfach, superlecker

NEU!
7,99€

- ▶ Schnelle Ideen für jeden Tag, herzhaft Klassiker aus der ganzen Welt und coole Angebergerichte für den besonderen Anlass
- ▶ Mit ausführlichen Schritt-für-Schritt-Anleitungen, tollen Fotos und vielen Tipps und Tricks



Das Zeichen für verantwortungsvolle Walddwirtschaft

Erscheint im Januar 2018

Nur für echte Kerle
gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
128 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17567.73/FSM
ISBN 978-3-625-18125-5
€ 7,99



Thai-Wok

Einstufige Rezept für 4 Personen | Zubereitungszeit: 15 Minuten | 15 x 15 x 15 cm

FÜR 4 PORTIONEN

1 Das Reis in der abgekühlten Menge Wasser (20) mit antrocknen lassen und nach Packungsangabe in etwa 15 Minuten kochen lassen. Das Wasser sollte zum Ende hin fast komplett versiegt sein.

2 Zwiebeln, Paprika und Knoblauch in feine Würfel schneiden und in einem großen Wok anbraten. Das Gemüse sollte gut durchgegart sein, aber noch etwas knusprig.

3 Das Zerkleinerte ansauten und mit Wasser kochen. Das Gemüse und den Reis gut durchbraten und mit Wasser kochen lassen.

4 Das Pfefferöl erwärmen, das Gemüse und den Reis darin anbraten und mit dem Wasser kochen lassen.

5 Das Öl in einem Wok oder einer großen Pfanne erwärmen, das Fleisch mit dem Pfefferöl anbraten und das Wasser kochen lassen.

Rinderrouladen mit Rotweinsauce

Einstufige Rezept für 4 Personen | Zubereitungszeit: 45 Minuten | 15 x 15 x 15 cm

FÜR 4 PORTIONEN

1 Die Schweinefleisch und in kleine Stücke schneiden. Das Fleisch in einem Wok anbraten. Das Fleisch sollte gut durchgegart sein.

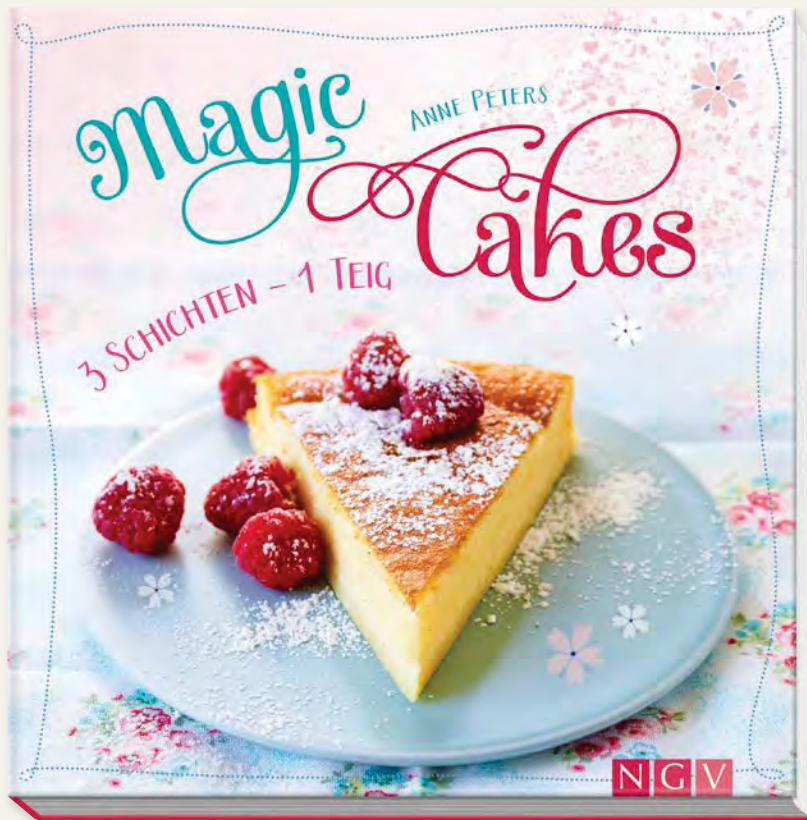
2 Das Fleisch in einem Wok anbraten. Das Fleisch sollte gut durchgegart sein.

3 Das Fleisch in einem Wok anbraten. Das Fleisch sollte gut durchgegart sein.

4 Das Fleisch in einem Wok anbraten. Das Fleisch sollte gut durchgegart sein.

Kalorienzählen war gestern

Lieferbar!
je Band nur
7,99€



- ▶ 40 einfache Rezepte für Zauberkuchen, die sich beim Backen von selbst in drei Schichten aus Boden, Pudding und Biskuit teilen

Magic Cakes

Art.-Nr. 0/20/17814.00/FSM
ISBN 978-3-625-17814-9



- ▶ 30 herrlich üppige Torten – geschmacklich und optisch ein Hit



Fette Torten

Art.-Nr. 0/20/17623.00/FSM
ISBN 978-3-625-17623-7



Beide Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

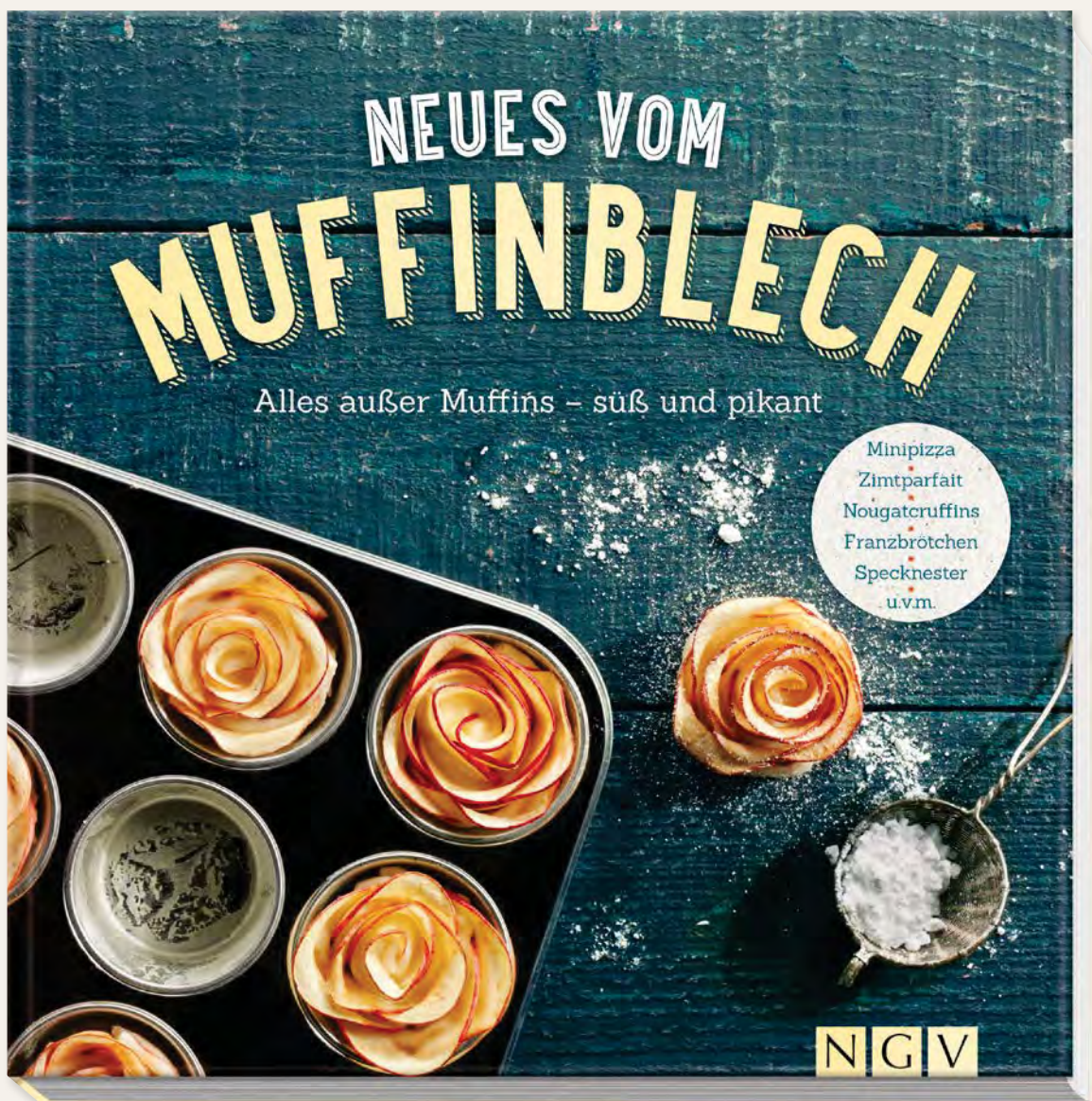
gebunden, wattiert – 96 Seiten – Format: 22 x 22 cm – je Band: € 7,99

12 Freunde sollt ihr sein!

Ein Muffinblech gibt's in jeder Küche, wir verleihen ihm neuen Glanz

Lieferbar!
7,99€

- ▶ Alles außer Muffins: 40 Trend-Rezepte von süß bis pikant
- ▶ Muffins, zieht euch warm an! Beste Rezepte für die Party, zum Snacken, als Dessert oder Beilage
- ▶ Jedes Rezept mit brillantem Farbfoto



Neues vom Muffinblech

gebunden, wattiert,
mit zahlreichen farbigen Abbildungen
96 Seiten

Format: 22 x 22 cm

Art.-Nr. 0/20/17819.00/FSM

ISBN 978-3-625-17819-4

€ 7,99

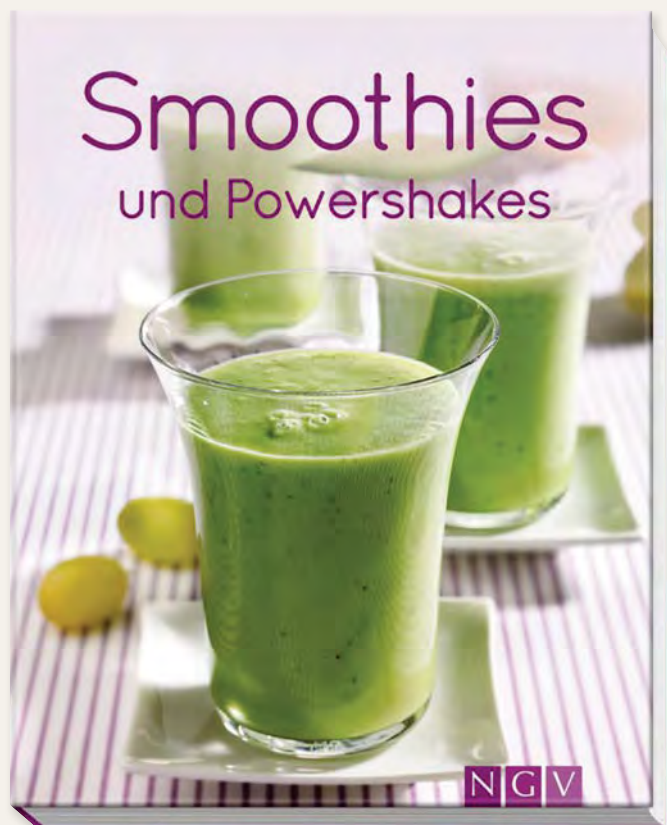


Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Leckerer für Genießer

Rezepte satt, die glücklich machen

Lieferbar!
6,99€



- Farbenfrohe Vitaminbomben: über 100 abwechslungsreiche Smoothie- und Powershake-Rezepte

Smoothies und Powershakes

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
240 Seiten
Format: 16 x 20 cm
Art.-Nr. 0/20/17988.00/FSM
ISBN 978-3-625-17988-7

€ 6,99



9 783625 179887

- Über 100 Rezepte für Sahneis, Parfaits, Sorbets, Frozen Yogurt, Granitas und Eisdiele-Klassiker

Lieferbar!
4,99€

Süße Eiskreationen

Flexocover, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
240 Seiten
Format: 16 x 20 cm
Art.-Nr. 0/20/17078.73/FSM
ISBN 978-3-625-00737-1

€ 4,99



9 783625 007371



Beide Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Girls just wanna have fun!

Die besten Rezepte für einen lustigen Abend
in männerloser Runde

Lieferbar!
je Band nur
7,99€



- Leckere Knabbereien für den kleinen und größeren Hunger, Unwiderstehliches für Naschkatzen und köstliche Getränke

Der perfekte Mädelsabend

Art.-Nr. 0/20/13807.00/FSM
ISBN 978-3-625-13807-5



- Vol. 2: rund 60 superleckere Rezepte für einen gelungenen Abend mit den besten Freundinnen



Der perfekte Mädelsabend – Neue Rezepte

Art.-Nr. 0/20/17499.00/FSM
ISBN 978-3-625-17499-8



Beide Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

gebunden, wattiert – 96 Seiten – Format: 22 x 22 cm – je Band: € 7,99



Süße Burger

Direktions-Übersicht | Mängelliste | Foto

Zutaten für 10 Personen
 Für den Teig:
 300g Mehl
 250g Dinkweizen
 250g Hafer
 1 Pfl. Backpulver
 3 Eier
 250g saure Sahne
 2 EL Kokosöl
 Für die Füllungen:
 100g Kirschkirschen
 250g Preiselbeeren
 250g Heidelbeeren
 Laberdarstellung (z.B. Quark)
 Außerdem:
 1 Maß Bech für 30 Minen
 30 Papageierchen für Kinder



- 1. Zutaten bereitstellen**
- 2. Mehl-Milch-Anbeizung**
Teig nach Reibemehl herstellen und in die mit Papageierchen bestäubte Mehl-Muffin-Backform füllen.
- 3. Muffins backen**
Muffins je nach Teig bei ca. 150 Grad Celsius etwa 10-15 Min. backen.
- 4. Dicken Teig herstellen, anpassen und ausrollen**
Den dicken Teig nach Reibemehl abbeizen und auf ein Backblech geben. Den Teig bei 150 Grad Celsius für 15 Minuten backen. Der Backzeit kann je nach Pfund variieren, aber immer ein Backblech geben. Wenn der Teig eingetroffen ist, mit einem scharfen Messer in etwa 3cm dicke Scheiben schneiden.
- 5. Burger fertig herstellen**
Die 3cm dicke Scheibe auf ein Backblech legen und in einem Ofen bei 150 Grad Celsius für 10-15 Minuten backen.
- 6. Süßigkeiten vorbereiten**
Einen Pflanzensaft mit der Laberdarstellung mischen.
- 7. Burger fertig herstellen**
Die 3cm dicke Scheibe auf ein Backblech legen und in einem Ofen bei 150 Grad Celsius für 10-15 Minuten backen.
- 8. Burger ausrollen**
- 9. Dicken Aggregat**



Use-Kommentar: Einführung

Das Rezept für Süße Burger ist ein Rezept, das sich leicht anpassen lässt. Es ist ein Rezept, das sich leicht anpassen lässt. Es ist ein Rezept, das sich leicht anpassen lässt.

10 Hits für Kids

Melonen-Hai

🍉 🐠

Zutaten für 10 Personen
 1 Melone
 2 Eier
 1 Maß Fruchtgummi
 Gelatine in Packung



Erfrischend und kreativ für den Sommer

2 Hits für Kids

Apfelfrosch

🍏 🐸

Zutaten für 10 Personen
 10 Äpfel
 1 Maß Zucker
 1 Maß Mehl
 2 Backbacken
 2 Backbacken
 2 Backbacken



Use-Kommentar: Schwabouffel

10 Hits für Kids 3

CHEFKOCH.DE

DIE BESTEN REZEPTE
DIE COMMUNITY HAT GEWÄHLT



TOPSELLER!

CHEFKOCH.DE
Die besten Rezepte
gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen, mit Lesebändchen
160 Seiten
Format: 19 x 24,5 cm
Art.-Nr. 0/20/17683.00/FSM
ISBN 978-3-625-17683-1
€ 9,99


9 783625 176831

Lieferbar!

9,99€

DAS JUBILÄUMS KOCHBUCH!

FSC
www.fsc.org
FSC® C106632

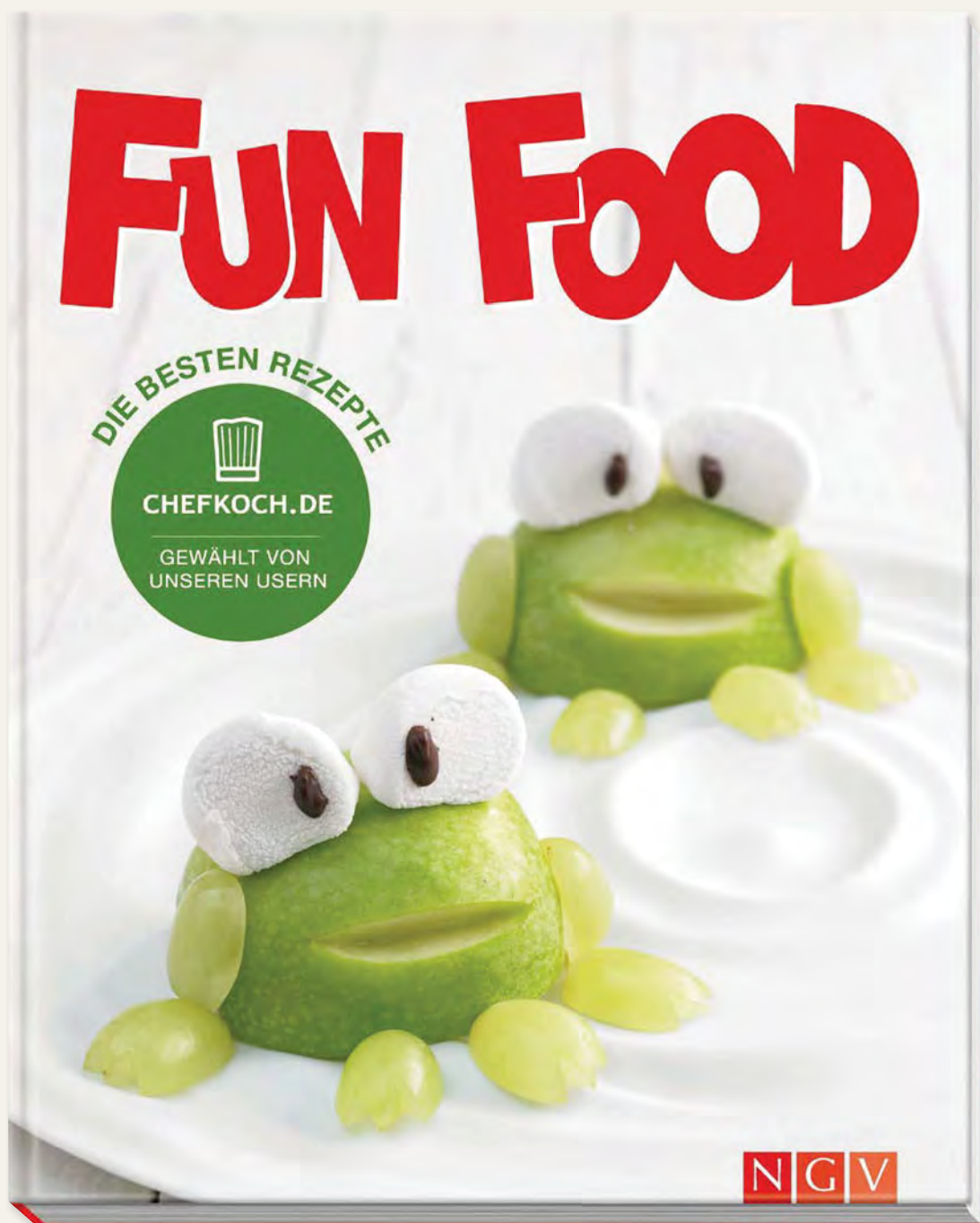
Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Ein bisschen Spaß muss sein!

Die Community hat gewählt: groß angelegtes Voting auf der Chefkoch.de-Website

- ▶ Eine wahre Fundgrube mit den besten 70 Fun-Rezepten, die zeigen: Und mit Essen spielt man doch!
- ▶ Alle Rezepte vielfach durch CHEFKOCH-User getestet und bewertet
- ▶ Mit vielen Tipps und Variationen der CHEFKOCH-User
- ▶ Jedes Rezept mit ausführlicher Anleitung und User-Foto

Lieferbar!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldbirtschaft

CHEFKOCH.DE Fun Food

gebunden, Relieflack,
mit zahlreichen farbigen
Abbildungen

128 Seiten

Format: 21 x 26 cm

Art.-Nr. 0/20/17976.00/FSM

ISBN 978-3-625-17976-4

€ 9,99



essen & trinken Für jeden Tag

Schnell! Einfach! Lecker!

TORTEN

Erdbeertorte

FÜR 10 Stück • ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten plus Kühlzeit

- 400 ml Milch
- 70 g Zucker
- 1 Pk. Vanillepuddingpulver
- 1 fertiger Obstboden (300 g)
- 10 El Orangensaft
- 2 El Puderzucker
- 200 ml Schlagsahne
- 1 Pk. Sahnefestiger
- 400 g Erdbeeren
- 1 Pk. rotes Tortengusspulver
- 2 Tl gehackte Pistazienkerne

1 300 ml Milch aufkochen. Restliche Milch, 40 g Zucker und Puddingpulver glatt rühren, in die kochende Milch rühren, erneut gut aufkochen lassen. In eine Schüssel füllen, direkt auf der Oberfläche mit Folie abdecken und abkühlen lassen.

2 Vom Obstboden den Rand gleichmäßig abschneiden (Reste evtl. für das Kirsch-Tiramisu auf Seite 31 verwenden). 6 El Orangensaft und Puderzucker verrühren, auf den Boden träufeln. Sahne und Sahnefestiger steif schlagen. Vanillecreme gut durchrühren, die Sahne unterheben. Creme auf den Boden streichen und 30 Min. kalt stellen.

3 Erdbeeren waschen, putzen und in Spalten schneiden. Mit restlichem Zucker und restlichem Orangensaft mischen und 20 Min. Saft ziehen lassen. Dann gut abtropfen lassen, den Saft dabei auffangen. Mit Wasser auf 250 ml auffüllen und mit dem Tortengusspulver nach Packungsanweisung zubereiten. Erdbeeren auf dem Kuchen verteilen, den Guss gleichmäßig darüber verteilen und fest werden lassen. Mit den Pistazien bestreut servieren.

PRO STÜCK 4 g E, 9 g F, 25 g KH = 206 kcal (865 kJ)



Den Rand vom Obstboden am besten mit einem kleinen scharfen Messer gleichmäßig abschneiden, dann hat er die perfekte Größe für unseren Erdbeertraum im Kleinformat.

232



Auf mit Orangensaft getränktem Obstboden landen Vanillecreme und marinierte Erdbeeren. Grandios!



233



Mandel-Johannisbeer-Streuselkuchen

FÜR 10 Stück • ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten plus Kühlzeit

- 250 g Butter
- 550 g Mehl
- 200 g gemahlene Mandeln
- 275 g brauner Zucker
- Salz
- 1,2 kg rote Johannisbeeren
- 125 g Magerquark
- 100 ml Milch
- 75 g Zucker
- 1 Pk. Backpulver
- 2 El Puderzucker

1 Teig auf einer bemehlten Fläche ca. 40x30 cm groß ausrollen. Ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Blech damit auslegen. Zuerst die Beeren, dann Streusel gleichmäßig darauf verteilen. Im heißen Ofen bei 190 Grad (Umluft 170 Grad) auf der mittleren Schiene 35–40 Min. backen. Blech auf einem Gitter etwas abkühlen lassen. Lauwarm mit Puderzucker bestreut servieren.

PRO STÜCK 4 g E, 21 g F, 42 g KH = 372 kcal (1553 kJ)



Den Teig auf einer bemehlten Fläche in Backblechgröße ausrollen. Teig mit etwas Mehl bestäuben, dann mithilfe des Rollbrettes aufrollen und über dem vorbereiteten Blech einfach wieder abrollen.

Quark-Öl-Teig, Johannisbeeren und knorpelige Mandelstreusel – ein genialer Schichtwettbewerb!

172

173



BLITZ-GERÄCK

Stracciatella-Scones

FÜR 10 Stück • ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten

- 130 g Zerthobterschokolade und 30 g getrocknete Sauerkirschen (oder getrocknete Cranberries) klein hacken, zusammen mit 250 g Mehl, 90 g Zucker, 1/2 Tl Salz und 3 Tl Weinsteinbackpulver mischen.
- 75 g weiche Butter in kleinen Häkchen zugeben und alles mit den Händen zu Streusel verarbeiten. 120 ml Milch (zugeben und Kräftig mit den Händen und kneten, Ölsteig aber nicht zu lange kneten, da der Teig sonst zäh wird. 3 Dorn) Teig auf einem bemehltem Arbeitsbrett mit den Händen ca. 20 cm dick formen. Mit einem in Mehl getauchten Glas (5 cm Ø) dick an dickem Teig ausstechen. In Größe nach Wahl ausrollen und ausstechen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und mit 2 El Schlagsahne bestreichen.
- 4 Im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 7–10 Min. goldbraun backen.

Mit getrockneten Sauerkirschen, Schmecken auch schon zum Frühstück!

174



Mokka-Eierlikör-Muffins

FÜR 12 Stück • ZUBEREITUNGSZEIT 1 Stunde plus Kühlzeit

- 5 Eier auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) verhitzen. 250 g Mehl, 1/2 El Backpulver, 1/2 Tl Natron, 2 1/2 Tl Weinsteinbackpulver, 100 g Zucker und 1 Prise Salz in einer Schüssel mischen. 2 El Öl, 100 ml Milch und 250 ml Buttermilch verrühren, zur Mehlmischung geben und mit einem Kochlöffel alles zu einem glatten Teig verrühren. 3 Die Mäulen eines Muffin-Blechs mit Muffin-Formen auslegen oder formen. Den Teig in die Muffinformen und im heißen Ofen auf einem Rost auf der mittleren Schiene 20–25 Min. backen. Auf einem Gitter vollständig abkühlen lassen.
- 4 400 ml Schlagsahne und 1 Tl Vanillezucker steif schlagen und auf den Muffins verteilen. Mit 80 ml Eierlikör bestreuen und mit 1/2 El Espresso-pulver bestreuen.

PRO STÜCK 4 g E, 22 g F, 27 g KH = 328 kcal (1373 kJ)

Nach dem Täglichen ist die Muffin für alle was sie lieben, lecker, lecker, einfach zu machen!

175

Backen macht glücklich

Über 160 Backideen: Rührkuchen, Hefekuchen, Käsekuchen, Blechkuchen, Biskuit, Strudel, Torte, Tartes & Kleingebäck

NEU!
9,99€

- ▶ Sammelband für Fans des beliebten Pocket-Magazins ESSEN & TRINKEN FÜR JEDEN TAG und solche, die es werden wollen
- ▶ Jedes Rezept mit Farbfoto, erprobt und gelingsicher



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
April 2018**

**ESSEN & TRINKEN
FÜR JEDEN TAG
Backen**

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
352 Seiten

Format: 12,7 x 19 cm
Art.-Nr. 0/20/18094.00/FSM
ISBN 978-3-625-18094-4

€ 9,99



9 783625 180944

Frische Ideen rasch zubereitet

Für alle Fans des beliebten Magazins **ESSEN & TRINKEN FÜR JEDEN TAG**

Lieferbar!
9,99€



Blitzrezepte

Art.-Nr. 0/20/17588.00/FSM
ISBN 978-3-625-17588-9



essen & trinken
Für jeden Tag
Schnell! Einfach! Lecker!



Vegetarisch

Art.-Nr. 0/20/17589.00/FSM
ISBN 978-3-625-17589-6



Aufläufe & Ofengerichte

Art.-Nr. 0/20/17949.00/FSM
ISBN 978-3-625-17949-8



gebunden – 352 Seiten – Format: 12,7 x 19 cm – je Band: € 9,99

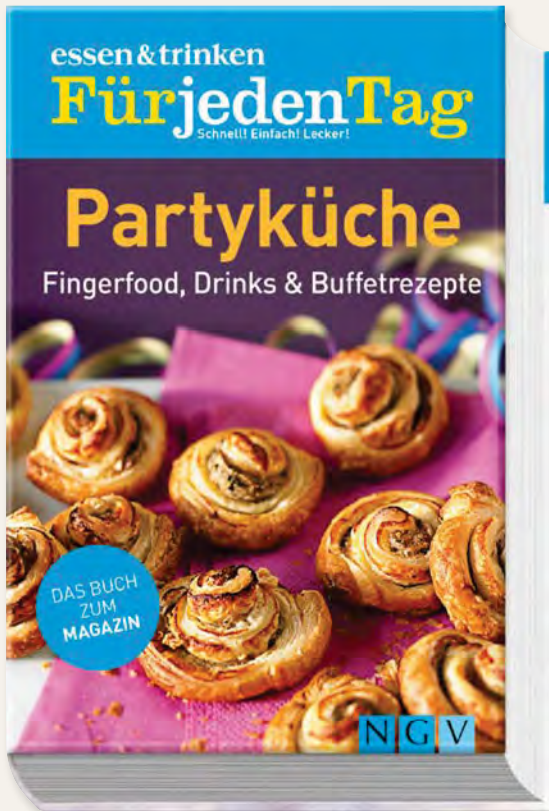
Alle Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert



Topseller am Kochbuchhimmel

Bewährte Rezepte für jeden Anlass

Lieferbar!
9,99€



Partyküche

Art.-Nr. 0/20/17650.00/FSM
ISBN 978-3-625-17650-3



essen & trinken
Für jeden Tag
Schnell! Einfach! Lecker!



Grillen & Picknick

Art.-Nr. 0/20/17828.00/FSM
ISBN 978-3-625-17828-6



Low Carb

Art.-Nr. 0/20/17948.00/FSM
ISBN 978-3-625-17948-1



gebunden – 352 Seiten – Format: 12,7 x 19 cm – je Band: € 9,99

Alle Titel dieser Seite
sind FSC®-zertifiziert





Partyküche mit dem Thermomix®

Art.-Nr. 0/20/17968.00/FSM
ISBN 978-3-625-17968-9



9 783625 179689

Lieferbar!
9,99€



Familienküche mit dem Thermomix®

Leni Dertel



Brot & Brötchen mit dem Thermomix®

Bianca Lanio

Familienküche mit dem Thermomix®

Art.-Nr. 0/20/17882.00/FSM
ISBN 978-3-625-17882-8



9 783625 178828

Brot & Brötchen mit dem Thermomix®

Art.-Nr. 0/20/17884.00/FSM
ISBN 978-3-625-17884-2

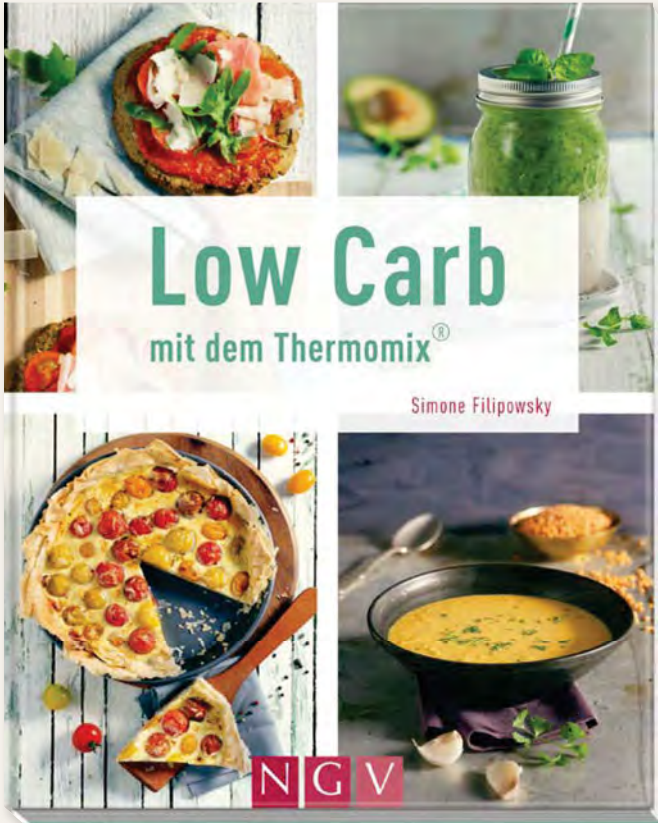


9 783625 178842



Frisch und lecker kochen mit dem Thermomix® TM5

Lieferbar!
9,99€



► Über 60 Low-Carb-Rezepte: Frühstück, kleine Gerichte, Salate & Suppen, Hauptgerichte und vieles mehr

Low Carb mit dem Thermomix®

Art.-Nr. 0/20/17967.00/FSM
ISBN 978-3-625-17967-2



9 783625 179672

► 60 kreative Rezepte für selbst gemachte Geschenke aus der Küche mit dem Thermomix® TM5



Leckere Geschenke mit dem Thermomix®

Art.-Nr. 0/20/17883.00/FSM
ISBN 978-3-625-17883-5



9 783625 178835



Beide Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

gebunden – 128 Seiten – Format: 21 x 26 cm – je Band: € 9,99

CHEFKOCH zum Sammeln

Lieferbar!
je Band
9,99€

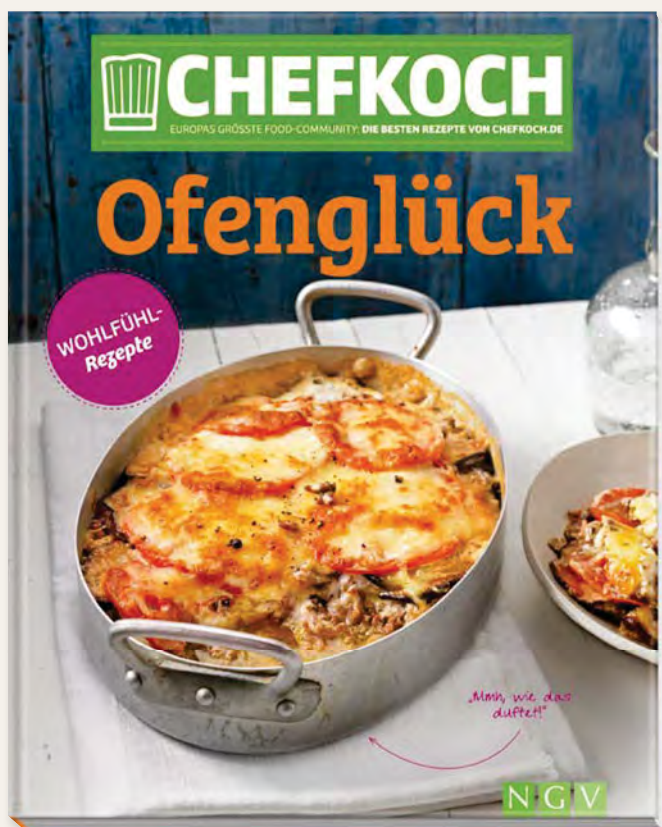


CHEFKOCH Backideen

Art.-Nr. 0/20/17324.00/FSM
ISBN 978-3-625-17324-3



9 783625 173243



CHEFKOCH Ofenglück

Art.-Nr. 0/20/17524.00/FSM
ISBN 978-3-625-17524-7



9 783625 175247



CHEFKOCH Leichte Küche

Art.-Nr. 0/20/17322.00/FSM
ISBN 978-3-625-17322-9



9 783625 173229

gebunden – 128 Seiten – Format: 21 x 26 cm – je Band: € 9,99

Alle Titel dieser Seite
sind FSC®-zertifiziert



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

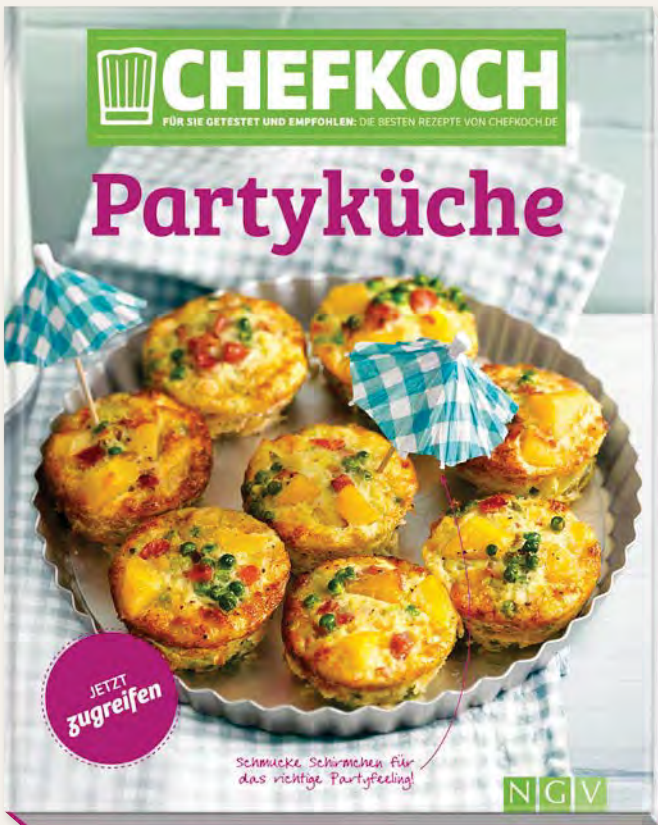
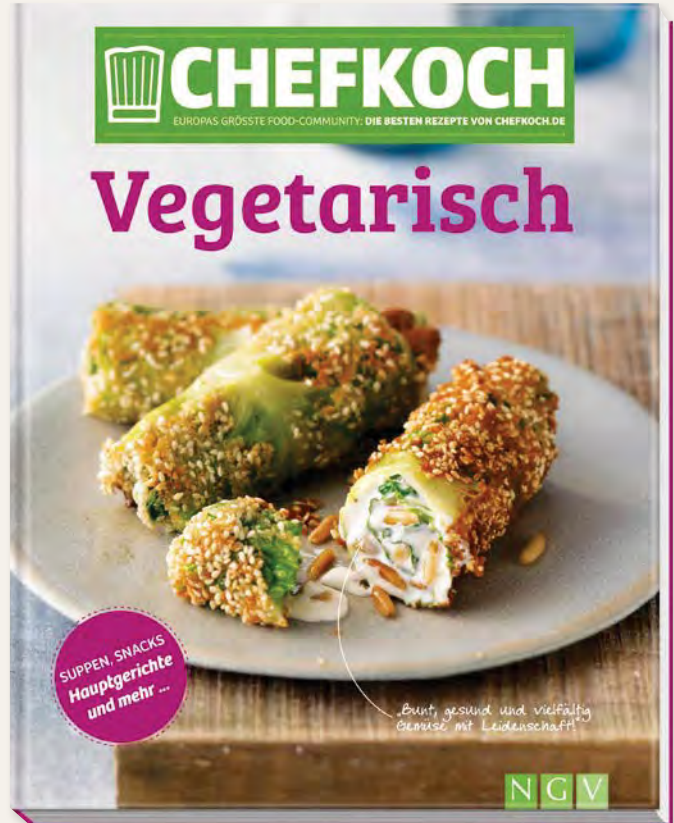
Die besten CHEFKOCH-Rezepte

Alle Rezepte vielfach getestet und von Nutzern der CHEFKOCH-Website bewertet

Lieferbar!
je Band
9,99€

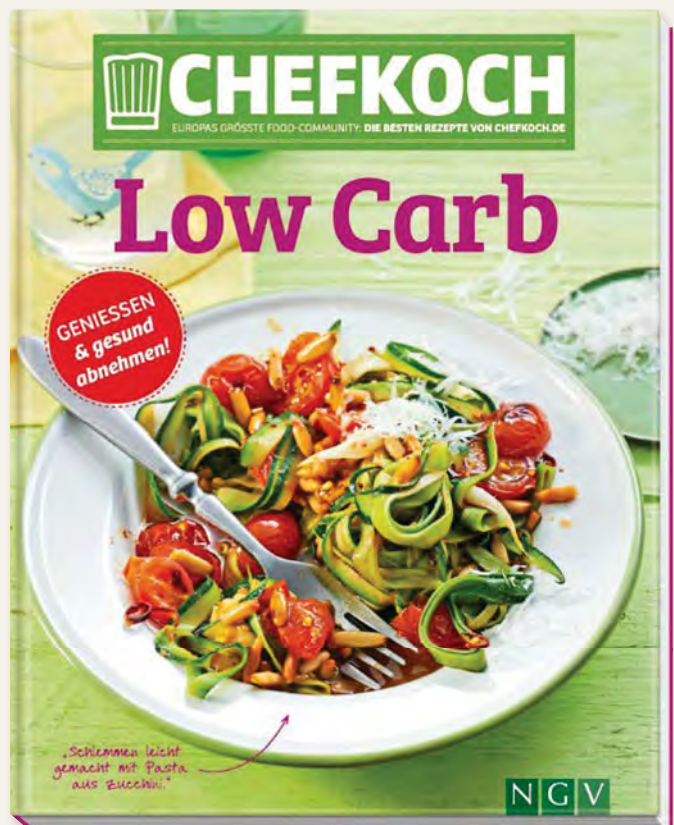
CHEFKOCH Vegetarisch

Art.-Nr. 0/20/17417.00/FSM
ISBN 978-3-625-17417-2



CHEFKOCH Partyküche

Art.-Nr. 0/20/17304.00/FSM
ISBN 978-3-625-17304-5



CHEFKOCH Low Carb

Art.-Nr. 0/20/17622.00/FSM
ISBN 978-3-625-17622-0



Alle Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

gebunden – 128 Seiten – Format: 21 x 26 cm – je Band: € 9,99

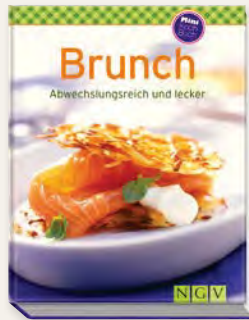
Klein, aber oho!

Gelingsichere Rezepte, die Spaß machen

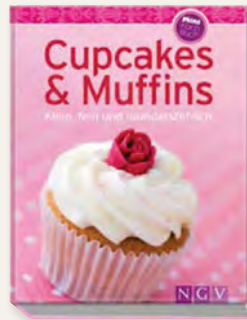
Lieferbar!
je Band
3,99€



Art.-Nr. 0/20/13897.00/FSM
ISBN 978-3-625-13897-6



Art.-Nr. 0/20/13796.00/FSM
ISBN 978-3-625-13796-2



Art.-Nr. 0/20/13898.00/FSM
ISBN 978-3-625-13898-3



Art.-Nr. 0/20/17390.00/FSM
ISBN 978-3-625-17390-8



Art.-Nr. 0/20/13900.00/FSM
ISBN 978-3-625-13900-3



Art.-Nr. 0/20/17156.00/FSM
ISBN 978-3-625-17156-0



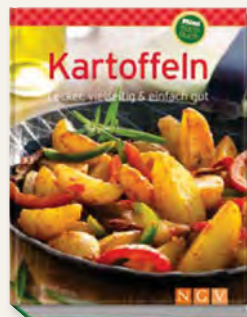
Art.-Nr. 0/20/17174.00/FSM
ISBN 978-3-625-17174-4



Art.-Nr. 0/20/13941.00/FSM
ISBN 978-3-625-13941-6



Art.-Nr. 0/20/13904.00/FSM
ISBN 978-3-625-13904-1



Art.-Nr. 0/20/17389.00/FSM
ISBN 978-3-625-17389-2



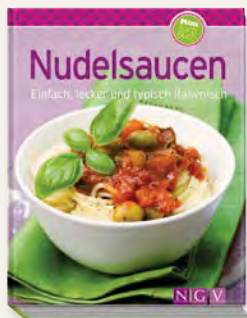
Art.-Nr. 0/20/17532.00/FSM
ISBN 978-3-625-17532-2



Art.-Nr. 0/20/17172.00/FSM
ISBN 978-3-625-17172-0



Art.-Nr. 0/20/13902.00/FSM
ISBN 978-3-625-13902-7



Art.-Nr. 0/20/13901.00/FSM
ISBN 978-3-625-13901-0



Alle Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

gebunden – 240 Seiten – Format: 12 x 15 cm – je Band: € 3,99

Minikochbücher für alle

Die besten Themen im handlichen Format

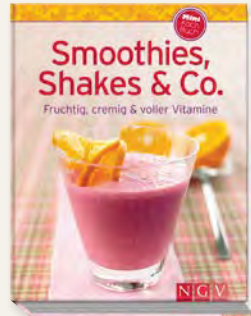
Lieferbar!
je Band
3,99€



Art.-Nr. 0/20/13899.00/FSM
ISBN 978-3-625-13899-0



Art.-Nr. 0/20/17294.00/FSM
ISBN 978-3-625-17294-9



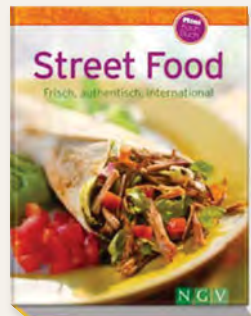
Art.-Nr. 0/20/17157.00/FSM
ISBN 978-3-625-17157-7



Art.-Nr. 0/20/13940.00/FSM
ISBN 978-3-625-13940-9



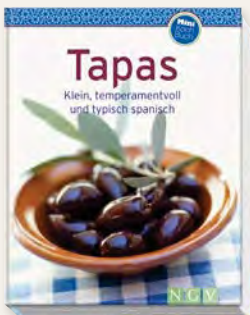
Art.-Nr. 0/20/17536.00/FSM
ISBN 978-3-625-17536-0



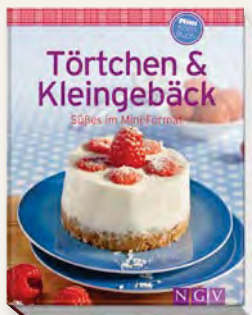
Art.-Nr. 0/20/17537.00/FSM
ISBN 978-3-625-17537-7



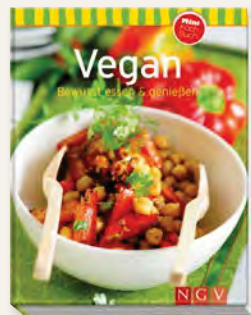
Art.-Nr. 0/20/13894.00/FSM
ISBN 978-3-625-13894-5



Art.-Nr. 0/20/17303.00/FSM
ISBN 978-3-625-17303-8



Art.-Nr. 0/20/17173.00/FSM
ISBN 978-3-625-17173-7



Art.-Nr. 0/20/13939.00/FSM
ISBN 978-3-625-13939-3



Art.-Nr. 0/20/17534.00/FSM
ISBN 978-3-625-17534-6



Art.-Nr. 0/20/13795.00/FSM
ISBN 978-3-625-13795-5



Art.-Nr. 0/20/17388.00/FSM
ISBN 978-3-625-17388-5



gebunden – 240 Seiten – Format: 12 x 15 cm – je Band: € 3,99

Alle Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft



Leberwurstknochen

Zutaten

für 1 Backblech

- 125 g Weizenmehl
- 50 g Reismehl
- 60 g Leberwurst
- 1 Ei
- ca. 75 ml Gemüsesaft (z. B. Rote Beete oder Möhren)
- Mehl für die Arbeitsfläche

Alternative
Statt Leberwurst können Sie bspw. auch Streichkäse verwenden.

- 1 Den Backofen auf 180 °C (Umluft 160 °C) vorheizen.
- 2 Alle Zutaten vermischen und mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
- 3 Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 5 mm dick ausrollen und mit dem Ausstechförmchen Kekse in Knochenform ausstechen.
- 4 Die Kekse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und 20–25 Minuten backen.



Aufbewahrung

In der Blechdose oder im Baumwollbeutel ca. 2 Wochen haltbar.



FÜR KLEINE BESONDERE BELÜHMUNG

KAROTTEN-SNACK

Zutaten

für 1 Backblech

- 1 Karotte
- 1 Ei
- 100 g Backpulver
- 100 g Mehl
- 100 g Margarine

- 1 Den Backofen auf 180 °C (Umluft 160 °C) vorheizen.
- 2 Die Karotten raspeln und die Raspeln mit dem anderen Zerkleinerer in einem Mixer zerkleinern und alles mit dem Ei und dem Backpulver zu einem glatten Teig verkneten.
- 3 Aus dem Teig kleine Kugelnchen mit ca. 2 cm Ø formen.
- 4 Die Kugelnchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und 20–25 Minuten backen.

Aufbewahrung
Im Kühlbehälter 2–3 Tage haltbar.



LÖWENZAHNNOCKEN

Zutaten

für 1 Backblech

- 1 Ei
- 100 g Margarine
- 100 g Mehl
- 100 g Zucker
- 100 g Backpulver
- 100 g Weizenmehl
- 100 g Weizenmehl
- 100 g Weizenmehl

- 1 Den Backofen auf 180 °C (Umluft 160 °C) vorheizen.
- 2 Die Margarine, das Mehl, das Ei und die Zucker mit dem Knetfahnen des Handrührgeräts vermischen.
- 3 Back und nach 10 Minuten herausnehmen, bis ein leichter Teig entsteht.
- 4 Mit 2 Tunklöffeln Nocken formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben.
- 5 Die Nocken ca. 15 Minuten backen, danach umdrehen und einige Minuten auf dem anderen Seite backen, bis sie trocken sind.

Aufbewahrung
In der Blechdose oder im Baumwollbeutel ca. 2 Wochen haltbar.



ESSE, WIE WENIG GELD UND BEWITZ DU BIST, DENEN HUND IN HAAREN MASKE BEIßEN BEIßT.
LINDA SARR

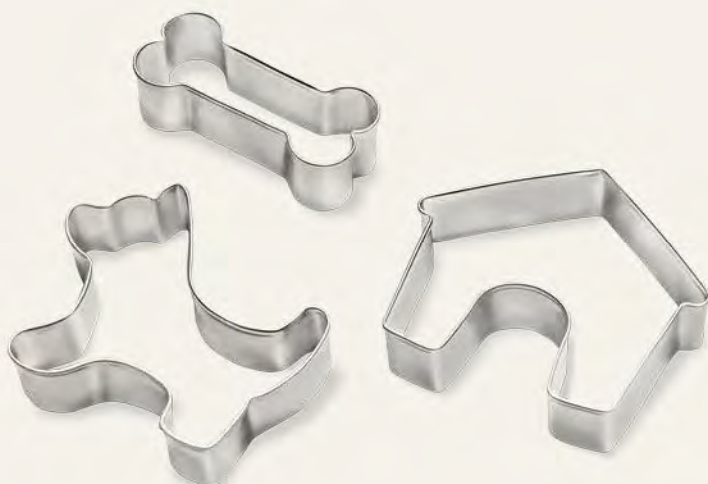
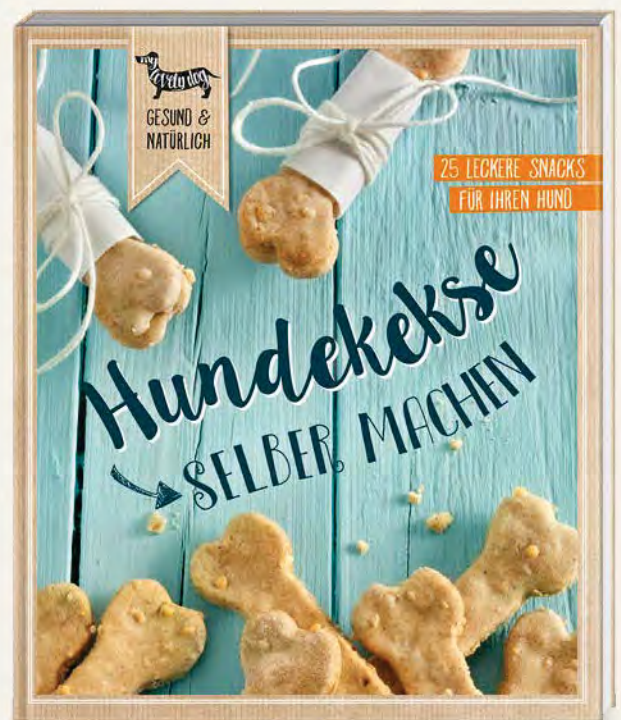


Selbstgemachtes Hundeglück

Praktisches Backset mit wunderschön gestaltetem Rezeptbuch und 3 hochwertigen Ausstechförmchen aus Edelstahl

NEU!
5,-€

- ▶ 25 abwechslungsreiche Rezepte für leckere Belohnungshappen und gesunde Snacks
- ▶ Die perfekte Ergänzung zum täglichen Futter



**Erscheint im
April 2018**

Backset Hundekkekse

Box mit Rezeptbuch und
3 Ausstechförmchen
Box: 20 x 22 x 3 cm
Buch: kartoniert, 64 Seiten, 17 x 20 cm,
mit zahlreichen farbigen Abbildungen
Art.-Nr. 0/20/17855.71/FSM
ISBN 978-3-625-17855-2

€ 5,-



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

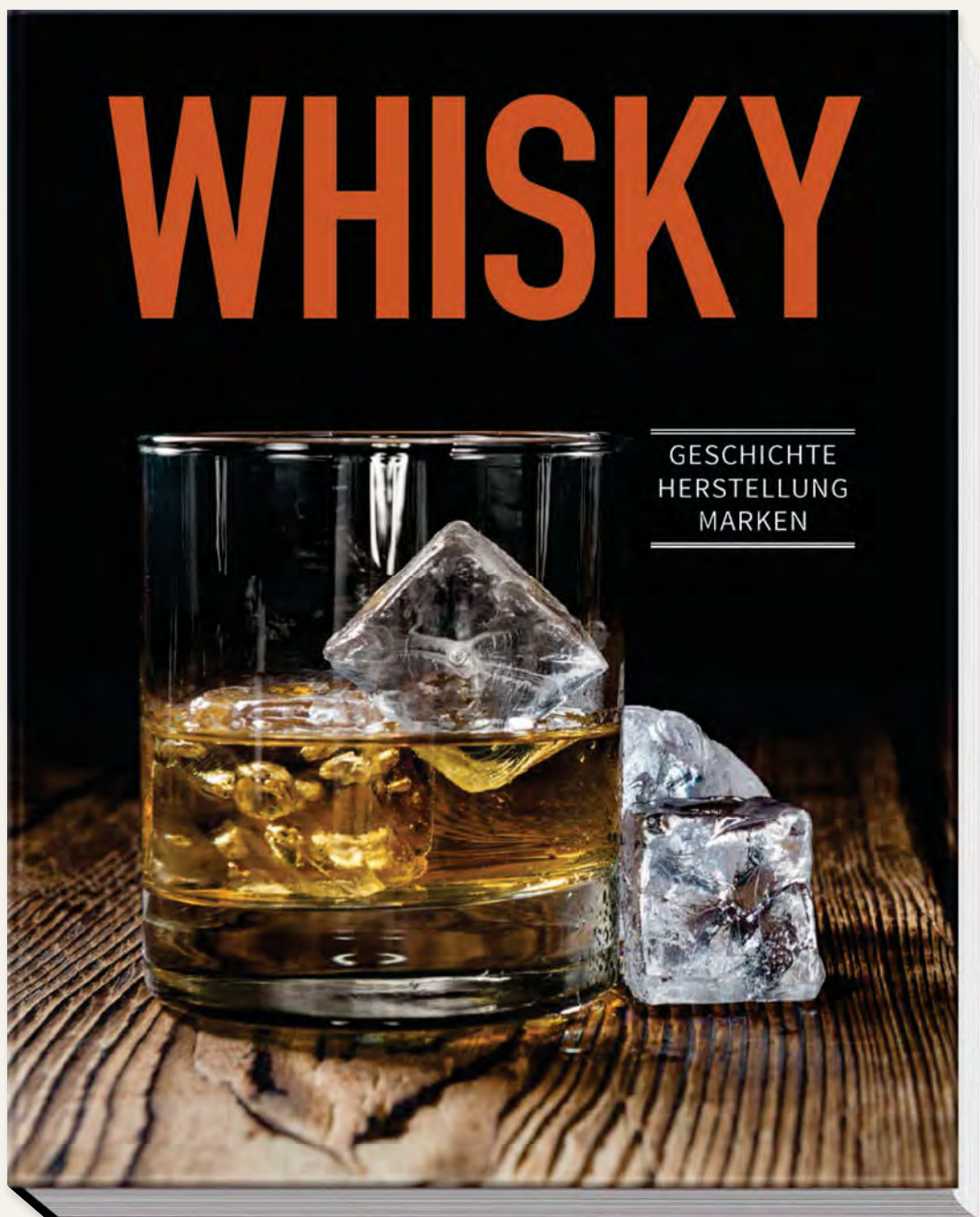


Die besten Whisk(e)ys aus aller Welt

Whisky für Genießer: Geschichte, Herstellung, Traditionen und Besonderheiten

- ▶ Mehr als 70 Whisky-Porträts aus aller Welt
- ▶ Mit weit über 120 Fotos eindrucksvoll bebildert

NEU!
4,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

Whisky

Flexcover, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
208 Seiten

Format: 16 x 20 cm
Art.-Nr. 0/20/18124.00/FSM
ISBN 978-3-625-18124-8

€ 4,99



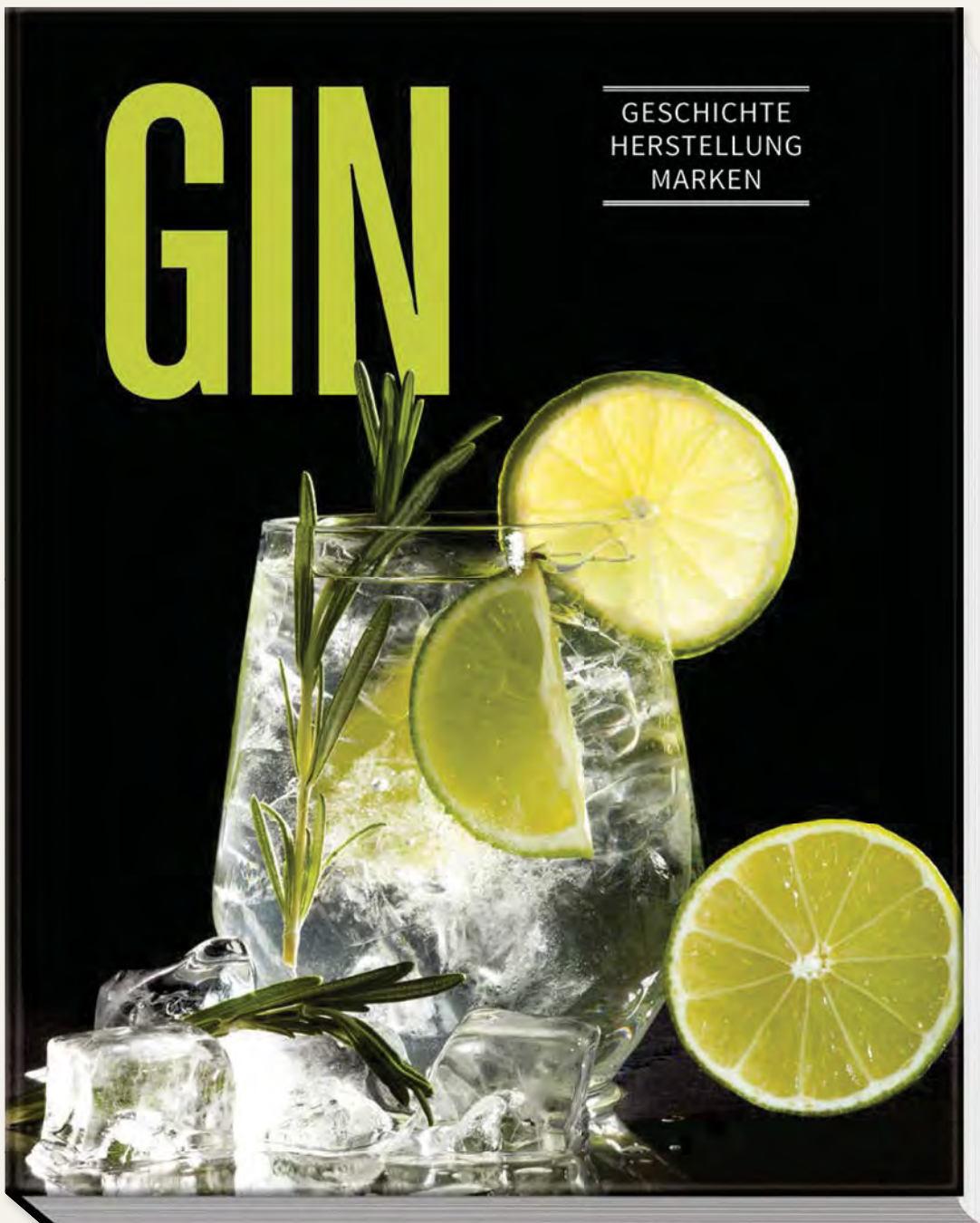
9 783625 181248

Gin ist in!

Geschichte, Herstellung, Sorten und Rezepte –
ein unverzichtbares Handbuch für alle Gin-Liebhaber

- Die 60 berühmtesten und interessantesten, traditionsreichsten und außergewöhnlichsten Gin-Marken aus aller Welt im Portrait
- Inspirierend illustriert mit mehr als 150 brillanten Fotos

NEU!
4,99€



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

Gin

Flexocover, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
208 Seiten

Format: 16 x 20 cm
Art.-Nr. 0/20/18123.00/FSM
ISBN 978-3-625-18123-1

€ 4,99



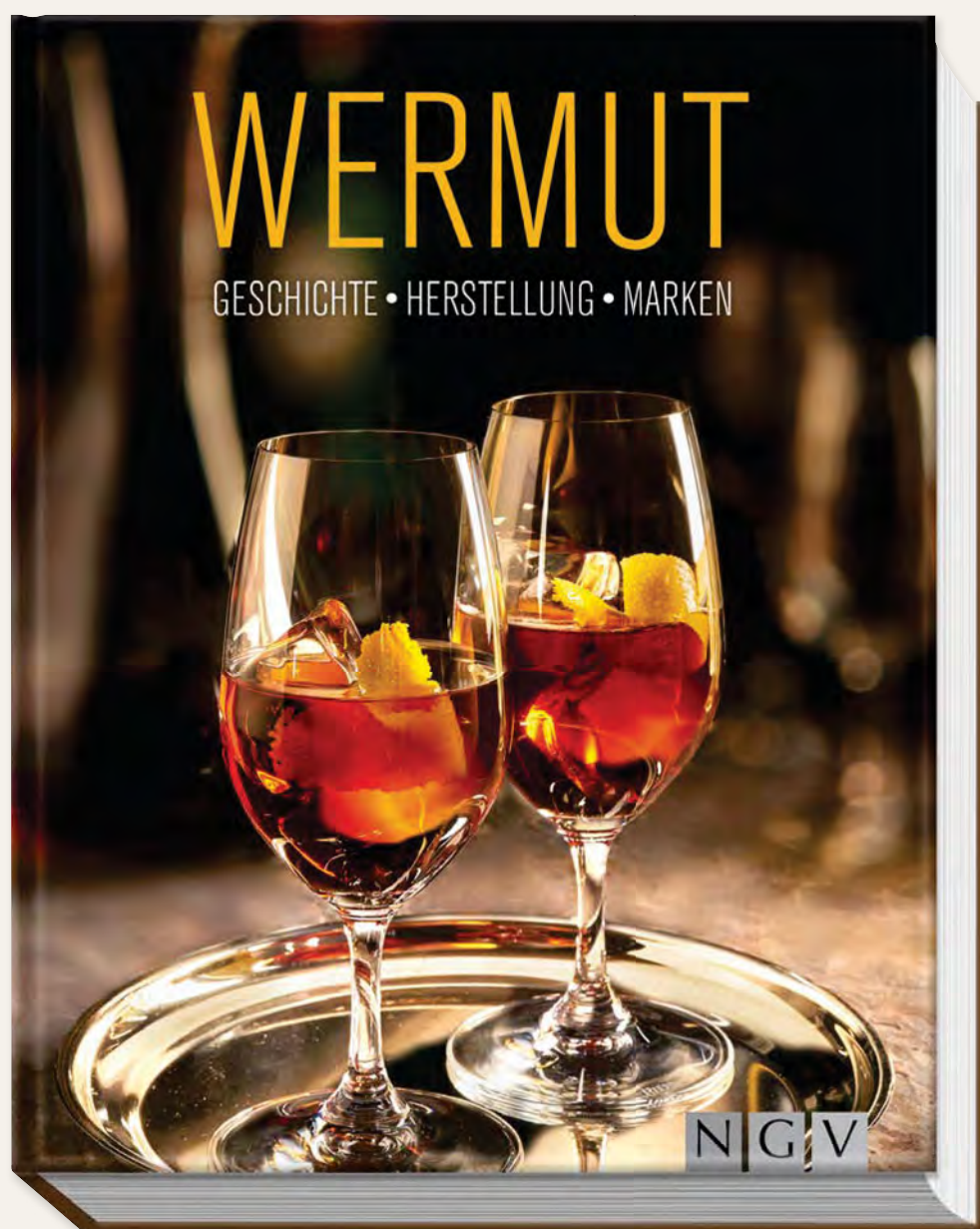
9 783625 181231

Tradition trifft Trend

Alles über das neue Trendgetränk Wermut:
Geschichte, Herstellung, Rezepte

- ▶ Die faszinierende Geschichte des bittersüßen Bar-Stars
- ▶ 50 traditionsreiche und spannende neue Wermut-Marken im Porträt
- ▶ Die besten Rezepte für klassische und trendige Wermut-Mixdrinks
- ▶ Mit über 120 inspirierenden Fotos: Aperitif- und Sundowner-Kultur pur

Lieferbar!
4,99€



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Wermut

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
208 Seiten
Format: 12 x 15 cm
Art.-Nr. 0/20/17975.00/FSM
ISBN 978-3-625-17975-7

€ 4,99



Hochprozentige Köstlichkeiten selbst gemacht

90 leckere Schnäpse & köstliche Liköre zum Selbstansetzen

- ▶ Mit wertvollen Hinweisen zur Auswahl der Zutaten und zur Einlagerung
- ▶ Mit hilfreichen Tipps zum gesundheitlichen Nutzen
- ▶ Bewährte, leicht umsetzbare Rezepte – von Apfelschnaps bis Zwetschgenlikör

Lieferbar!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldbirtschaft

Opas selbstgemachte Schnäpse

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
128 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17961.00/FSM
ISBN 978-3-625-17961-0

€ 9,99



Kein alter Zopf: Flechten ist Trend

Lieferbar!
7,99€

16 Flechtmodelle von schnell gemacht bis extravagant

- ▶ Mit zahlreichen Step-Bildern und leicht verständlichen Texten, die die eigene Frisur garantiert gelingen lassen
- ▶ Extra-Kapitel zu Grundtechniken des Flechtens, Haartypen, Locken u.v.m.



Die schönsten Flechtfrisuren

gebunden, wattiert,
mit zahlreichen farbigen Abbildungen
96 Seiten

Format: 22 x 22 cm

Art.-Nr. 0/20/17958.00/FSM

ISBN 978-3-625-17958-0

€ 7,99



Das Zerkeln für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Schnitzspaß für zu Hause und unterwegs

16 lustige, originelle Schnitzideen für naturliebende Kinder und Erwachsene

- ▶ Mit kleiner Schnitzschule und vielen Schritt-für-Schritt-Anleitungen
- ▶ Das ideale Geschenk für alle Schnitz-Fans

Lieferbar!
5,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Tolle Schnitzereien

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
64 Seiten

Format: 19 x 24,5 cm
Art.-Nr. 0/20/17960.00/FSM
ISBN 978-3-625-17960-3

€ 5,99



9 783625 179603

Natur leben und erleben

Alles Wissenswerte rund um heimische Vögel
und Gartenkräuter

Lieferbar!
je Band
9,99€



Mit Vogelstimmen-CD

- ▶ Ausführliche Vogelporträts der 114 attraktivsten und häufigsten Gartenvögel
- ▶ inklusive Vogelstimmen-CD und QR-Codes mit ihren Rufen und Gesängen

Vögel zu Gast im Garten

gebunden, mit zahlreichen farbigen
Abbildungen, inklusive CD
(Laufzeit ca. 60 Minuten)
256 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17320.00/FSM
ISBN 978-3-625-17320-5

€ 9,99



9 783625 173205

- ▶ Von gesunden Gewürz- und Heilkräutern, von Wildgemüse, wildem Obst und Beeren bis zu Wildblumen
- ▶ Mit mehr als 350 Farbfotos

Der Bio-Kräutergarten der Kräuter-Liesel

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
208 Seiten
Format: 19 x 24,5 cm
Art.-Nr. 0/20/17824.00/FSM
ISBN 978-3-625-17824-8

€ 9,99



9 783625 178248



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

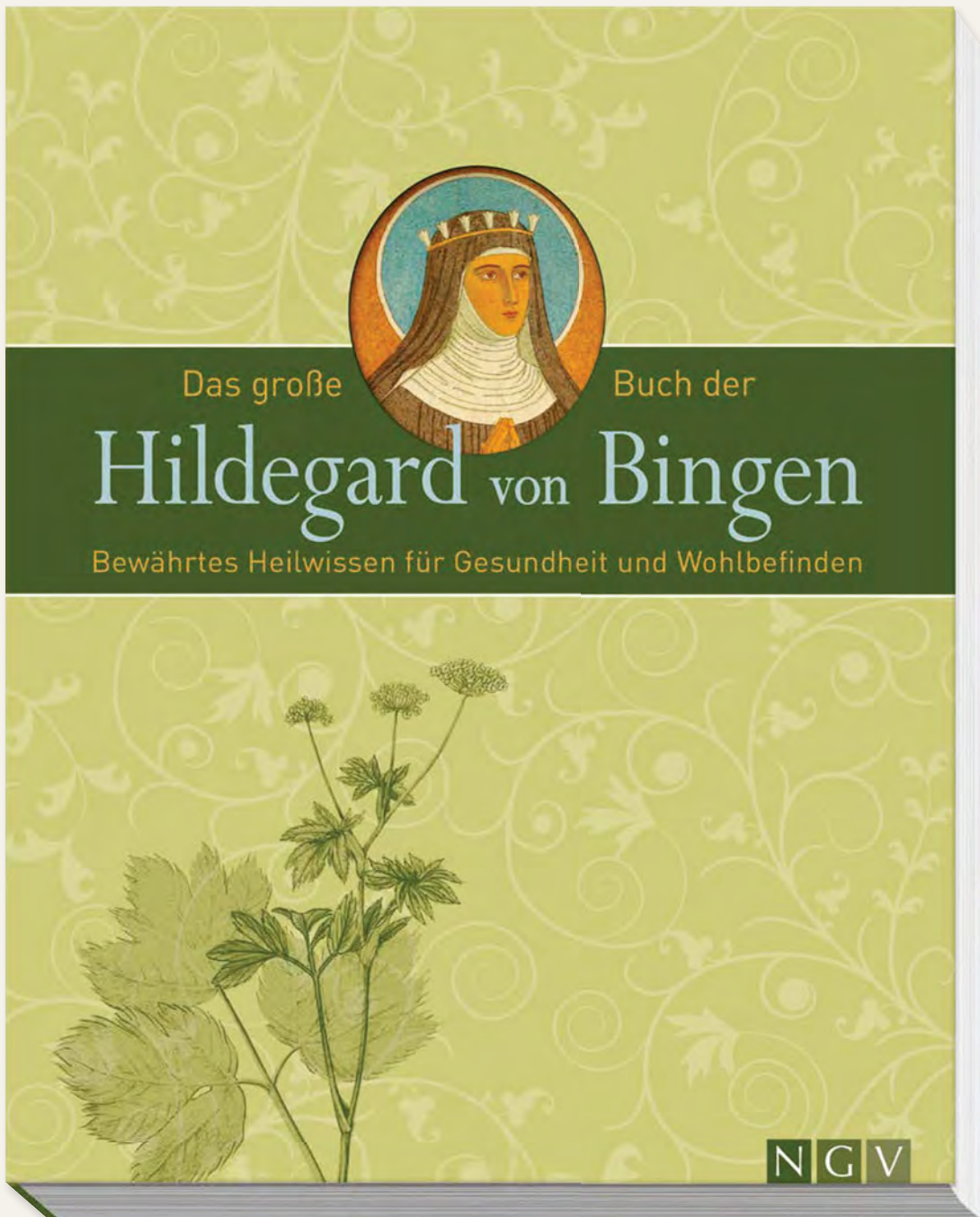
Beide Titel dieser Seite
sind FSC-zertifiziert

Hildegards Heilkunde – aktueller denn je

Wohltuend und wirkungsvoll: Hildegards Ernährungslehre
mit zahlreichen Rezepten

- ▶ Hildegards Heilpraxis für die häufigsten Alltagsbeschwerden von Atemwegsleiden bis zu Zahnerkrankungen
- ▶ Die besten Pflanzenhelfer von A bis Z: Anwendung bei Hildegard und heute

Lieferbar!
9,99€



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Das große Buch der Hildegard von Bingen

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
336 Seiten

Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17969.00/FSM
ISBN 978-3-625-17969-6

€ 9,99



Perfektes Fitness-Training

Gesund und schlank ohne Fitness-Studio

Lieferbar!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Frauenfitness ohne Hanteln und Gewichte

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen, mit DVD (Laufzeit ca. 65 Minuten)

128 Seiten

Format: 19 x 24,5 cm

Art.-Nr. 0/20/17618.00/FSM

ISBN 978-3-625-17618-3

€ 9,99



Medien-Partner



Lieferbar!
7,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Power-Fitness zu Hause

kartonierte, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
Video-Links per QR-Code
192 Seiten

Format: 19 x 24,5 cm

Art.-Nr. 0/20/17677.71/FSM

ISBN 978-3-625-00840-8

€ 7,99



Beweglich und fit mit flexiblen und stabilen Faszien

Lieferbar!
9,99€

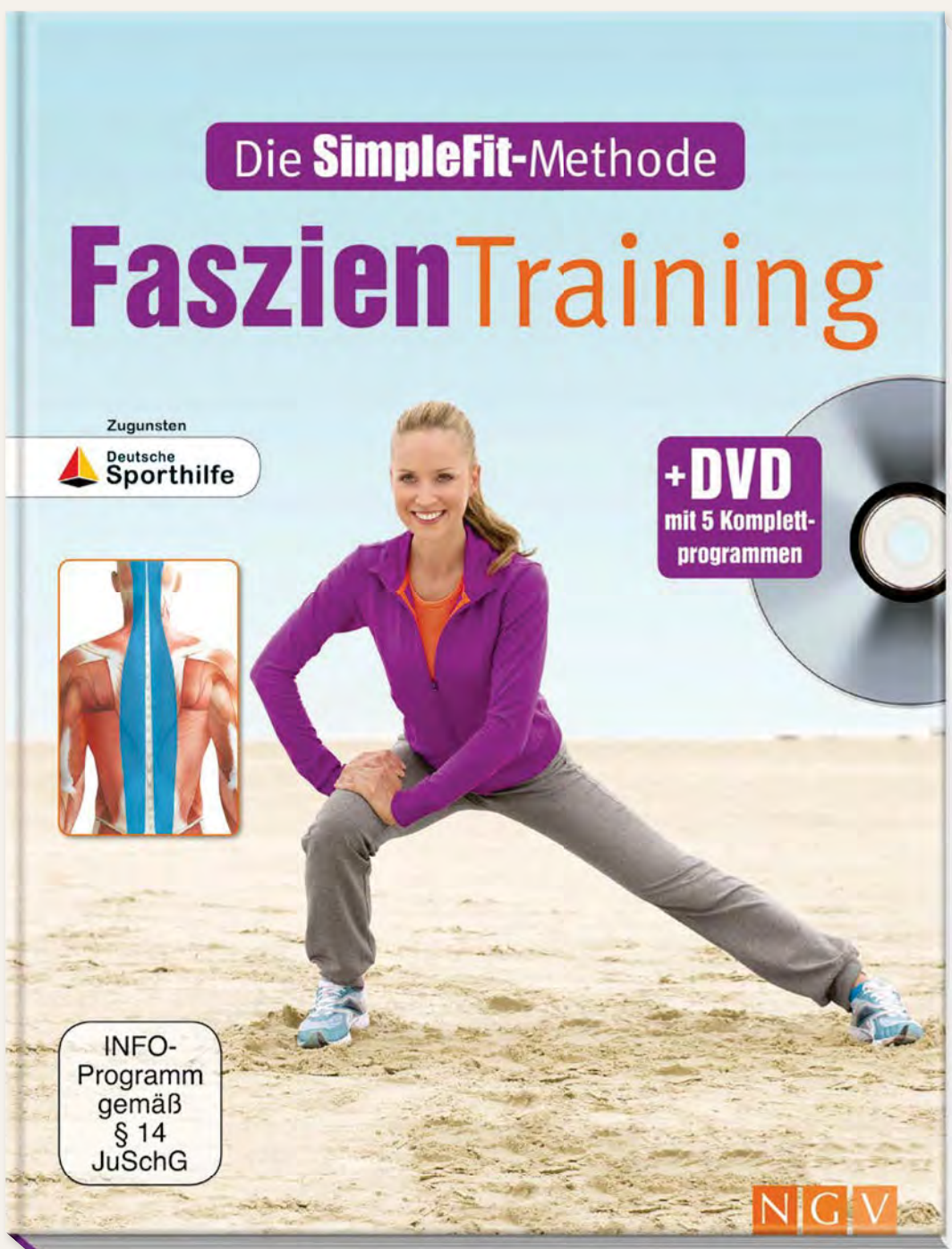
Faszientraining: DAS Trendthema im Fitnessbereich für mehr Stabilität und Beweglichkeit im ganzen Körper

- ▶ Erscheint zugunsten unseres Kooperationspartners, der Stiftung Deutsche Sporthilfe
- ▶ Über 70 Übungen mit Anleitungen und Fotos
- ▶ Übungs-DVD mit 5 Komplettprogrammen

 Deutsche Sporthilfe

Medien-Partner





Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Faszien-Training

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen, mit DVD (Laufzeit ca. 55 Minuten)
128 Seiten
Format: 19 x 24,5 cm
Art.-Nr. 0/20/17590.00/FSM
ISBN 978-3-625-17590-2

€ 9,99



Verständigung auf einen Blick

Lernen auf einen Blick: schnell Vokabeln einprägen
dank Wort-Bild-Kombinationen

Lieferbar!
je Band
4,99€



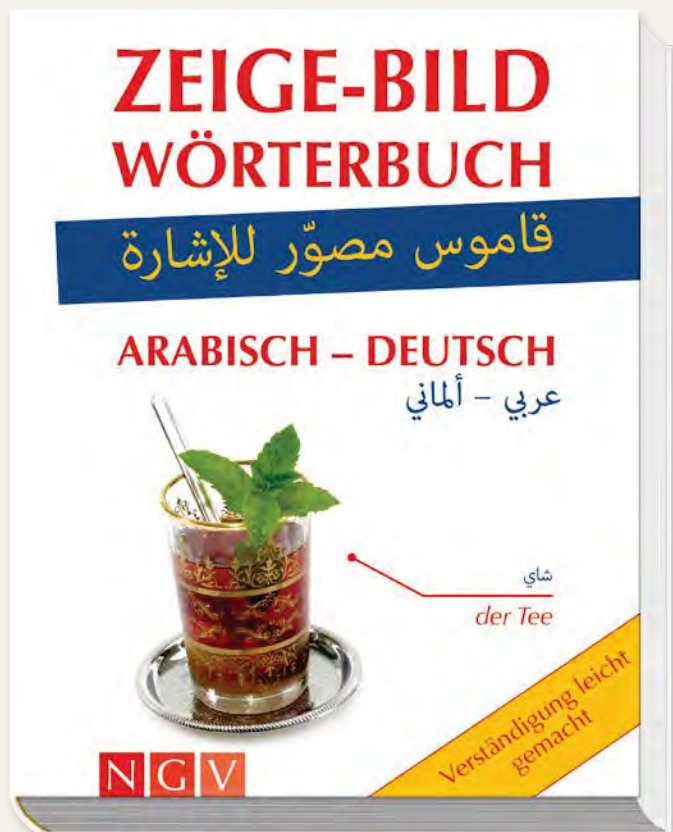
Zeige-Bild-Wörterbuch Englisch - Deutsch

Art.-Nr. 0/20/12964.00/FSM
ISBN 978-3-625-13930-0



9 783625 139300

Topseller!



Zeige-Bild-Wörterbuch Arabisch - Deutsch

Art.-Nr. 0/20/17620.00/FSM
ISBN 978-3-625-17620-6



9 783625 176206



Alle Titel dieser Seite
sind FSC®-zertifiziert

Flexocover – 352 Seiten – Format: 12 x 15 cm – je Band: € 4,99

Allzeit gute Fahrt!

Übersichtlicher ist keiner: der benutzerfreundliche
Straßenatlas im Maßstab 1 : 300 000 (Deutschland) und
1 : 3 000 000 (Europa)

Lieferbar!
4,99€

- ▶ Hohe Eintragungsdichte: über 45 000 Orte im Deutschlandteil
- ▶ Mit zahlreichen touristischen Zusatzinfos für die Reiseplanung
- ▶ Inklusive Sonderkarte mit Fernstraßennetz
- ▶ Praktische Spiralbindung



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Neuer Straßenatlas
Deutschland/Europa
2018/2019**

kartoniert, Spiralbindung
168 Seiten

Format: 21,8 x 29,7 cm

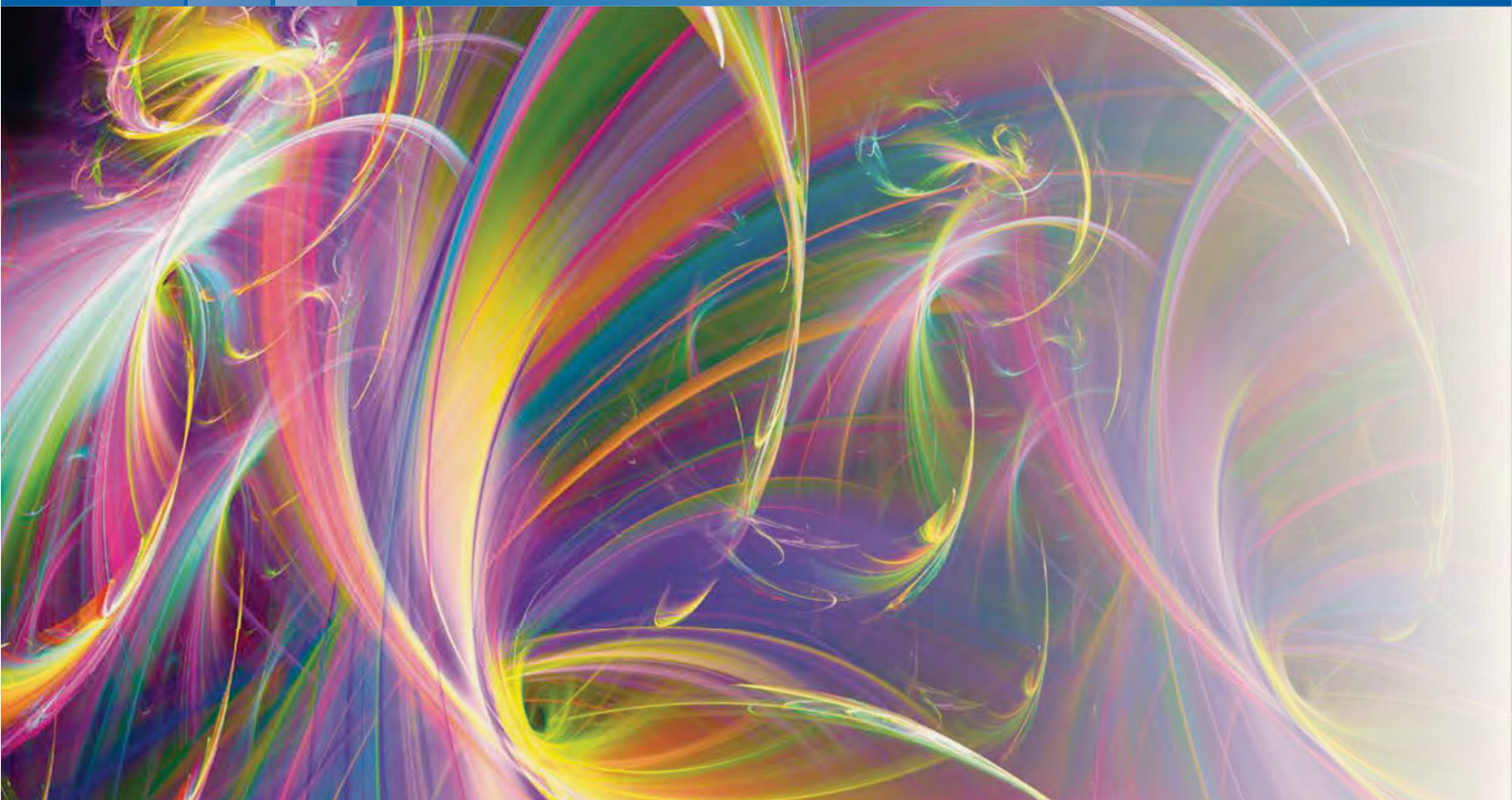
Art.-Nr. 0/20/14081.00/FSM

ISBN 978-3-625-14081-8

€ 4,99



9 783625 140818



Was ist Mathematik?



ist die Mathematik eine Natur- oder ist sie eine Geisteswissenschaft? Viele mathematische Gegenstände und Disziplinen sind in der Auseinandersetzung mit Naturphänomenen entstanden, andererseits sind Zahlen, Gleichungen, Vektoren, Matrizen und andere Gebilde, mit denen Mathematiker sich befassen, abstrakte Objekte, Geistesprodukte. Die salomonische Antwort auf die Frage lautet: Die Mathematik zählt weder zu den Natur-, noch zu den Geisteswissenschaften. Mathematik ist eine eigene Sorte von Wissenschaft, eine Strukturwissenschaft. Die Informatik gehört ebenfalls zu dieser Art von Wissenschaft.

Mathematik ist die Wissenschaft von den Mustern und Strukturen. Die räumlichen Muster haben zur Geometrie geführt, die Muster des Zählens und Rechnens zur Arithmetik, Bewegungsmuster zur Differenzialrechnung, die Muster des Zufalls zur Wahrscheinlichkeitsrechnung, die Muster der formalen Argumentation zur Logik, die Muster von Lage und Zusammenhang zur Topologie. Diese Beschreibung klingt, als sei die Mathematik tief in der Praxis verwurzelt. Das trifft allerdings nicht notwendigerweise zu, sie blickt lediglich, dass der Mathematiker von der Welt umgeben ist, die Welt einen praktischen Nutzen von den Ideen des Mathematikers hätte, wird damit nicht postuliert.

Die Mathematik untersucht auch die **Muster und Strukturen in der Natur**. Oben: Entleerung lässt sich mit mathematischen Modellen erklären.

1940 hat Godfrey Hardy, einer der wichtigsten englischen Mathematiker des 20. Jahrhunderts, eine „Apologie“ der Mathematik geschrieben. Er rechtfertigte die Mathematik gerade nicht durch ihren Nutzen für die Menschheit: Er sah sie als eine kreative Kunst wie Musik und Malerei, zudem als die Königin der Wissenschaften. Ihr Wert liege in ihrer Schönheit, in der Allgemeingültigkeit und der Tiefe ihrer Ideen und werde durch ihre Unvermeidlichkeit und Unvorhersehbarkeit noch gesteigert.

Bedeutende Mathematik ist nach Hardys Auffassung nicht praktisch nützlich, nützlich sind die faden Randgebiete der Mathematik. Insbesondere war er stolz darauf, dass er nichts geschaffen hatte, was irgendwie im Krieg genutzt werden konnte - Hardy hat seine Apologie während des Zweiten Weltkriegs geschrieben.

Schönheit und Eleganz

Das Problem der Schönheit in der Mathematik ist, dass man sie vielfach erst erkennen kann, wenn man sich genauer damit befasst hat. Für die Schönheit der Musik haben wir die Ohren. Ohne Noten lesen zu können, kann man Musik genießen. Geometrische Strukturen können wir sehen, nicht umsonst gehören sie zu den ältesten untersuchten mathematischen Strukturen.

In der islamischen Architektur waren und sind Bilder, Figuren und Statuen verboten. Die Architekten entwickelten stattdessen eine Meisterschaft in der Gestaltung von **Ornamenten** und anderen **geometrischen Strukturen**. Die Abbildung zeigt eine entsprechend beschlossene Nische in der Altstadt von Tanger, Marokko.



Die Mathematisierung des Ingenieurwesens



Die Mathematisierung des Ingenieurwesens

Die Eiffelturm wurde als erstes Eisenbauwerk in Frankreich erbaut. Die Konstruktion des Turms war ein Meisterwerk der Mathematik und der Ingenieurkunst.

Die Konstruktion des Turms war ein Meisterwerk der Mathematik und der Ingenieurkunst. Die Ingenieure verwendeten die Prinzipien der Statik und der Mechanik, um den Turm zu bauen.

Konstruierte Perspektive



Konstruierte Perspektive

Die Konstruktion der konstruierten Perspektive ist die Kunst der Illusion. Sie ermöglicht es, eine dreidimensionale Szene auf einer zweidimensionalen Ebene darzustellen.

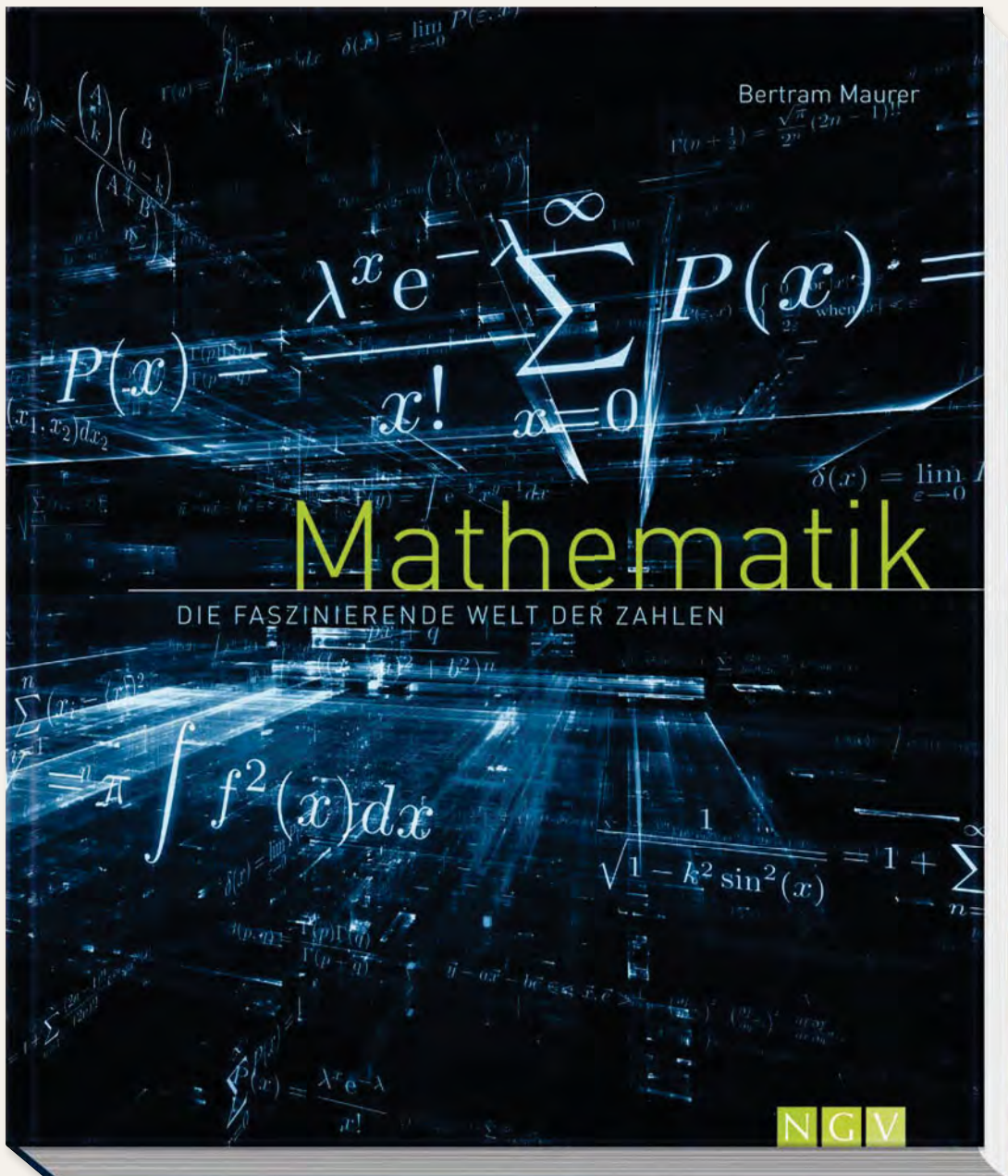
Die Konstruktion der konstruierten Perspektive ist die Kunst der Illusion. Sie ermöglicht es, eine dreidimensionale Szene auf einer zweidimensionalen Ebene darzustellen.

Trockene Mathematik war gestern

Mathematik zum Anfassen, einfach und faszinierend

- ▶ Der Einfluss mathematischer Erkenntnisse und Fortschritte auf unseren Alltag und die Welt, in der wir leben
- ▶ Auf den Spuren genialer Mathematiker und weltverändernder Erkenntnisse
- ▶ Opulenter Bildband mit zahlreichen Farbfotos und Illustrationen – ein Muss für Naturwissenschaftler und Hobby-Mathematiker

Lieferbar!
14,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldbirtschaft

Mathematik

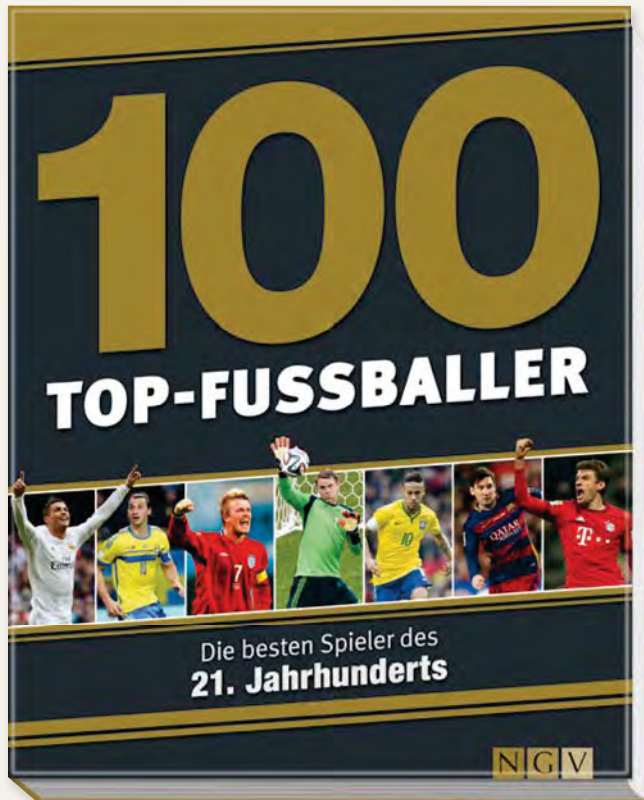
gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
288 Seiten
Format: 24 x 28 cm
Art.-Nr. 0/20/17985.00/FSM
ISBN 978-3-625-17985-6

€ 14,99



Die weltbesten Fußballer im Porträt

Unverzichtbare Enzyklopädien für jeden Fußballfan



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Lieferbar!
9,99€

100 Top-Fußballer

gebunden, Folienprägung,
mit zahlreichen farbigen
Abbildungen
160 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17624.00/FSM
ISBN 978-3-625-17624-4

€ 9,99



9 783625 176244

Deutsche
Sporthilfe

Medien-Partner

NGV

- Helfen Sie mit: Von dem Erlös gehen pro verkauftem Buch 80 Cent an die Stiftung Deutsche Sporthilfe!



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

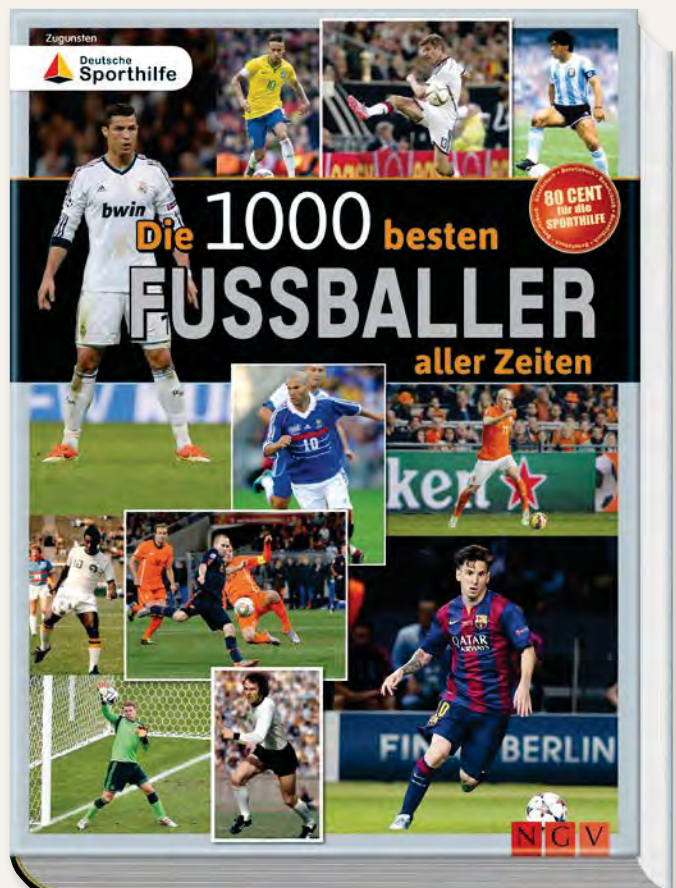
Die 1000 besten Fußballer aller Zeiten

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
336 Seiten
Format: 22,2 x 29,7 cm
Art.-Nr. 0/20/17507.00/FSM
ISBN 978-3-625-17507-0

€ 14,99



9 783625 175070



Was ist Kunst?

Die Grundlagen zum richtigen Kunstverständnis,
informativ und leicht verständlich vermittelt

- ▶ Alle Kunststile von der Antike bis heute, dargestellt anhand der großen Werke der Malerei, Plastik und Architektur
- ▶ Die Sprache der Kunst verstehen: von der Entstehung eines Werkes über die Symbolik der angewandten Formen und Motive bis hin zur Funktion von Farbe und Perspektive
- ▶ Mit weit über 1000 Abbildungen

**Erfolgstitel
in 8. Auflage!**

**Lieferbar!
16,99€**



Kunst verstehen

Maria Carla Prette

Alles über Epochen, Stile, Bildsprache, Aufbau und mehr in über 1000 farbigen Abbildungen



Kunst verstehen

gebunden, mit über 1000
farbigen Abbildungen
384 Seiten

Format: 22,3 x 26,5 cm

Art.-Nr. 0/20/12650.00

ISBN 978-3-625-12650-8

€ 16,99



9 783625 126508



MOIN, MOIN!

MARITIMES LONGSLEEVE

GRÖSSE 34-42 | SCHWIERIGKEITSGRAD: ★★★

Ahoi! Nicht nur zum Strandspaziergang ist dieses Longsleeve das perfekte Oberteil! Die Schulterklappen und die Dekoknöpfe machen das langärmelige Shirt mit Wickeloptik zu einem echten Lieblingsteil.

SCHNITTMUSTERBOGEN: B

MATERIALIEN

- Jersey in Dunkelblau gemustert, 140 cm breit, 120 cm lang
- Jersey in Dunkelblau, 140 cm breit, 25 cm lang
- Bogeneinlage, mittelstark, 20 cm breit, 10 cm lang
- Gefälltes Paspelband in Weiß, 200 cm lang
- 5 Druckknöpfe in Perlmutteroptik, ø ca. 1 cm
- farblich passendes Nähgarn

SO WIRD'S GEMACHT

ZUSCHNEIDEN:

Hinweis: Alle Nahtzugaben der Schnittmuster und Bündchen sind inklusive und betragen 7 mm.

- aus Jersey in Dunkelblau gemustert: 2 x Vorderteil, 1 x Rückenteil im Bruch, 2 x Ärmel

- aus Jersey in Dunkelblau: 2 x Manschette im Bruch, 2 x Schulterklappe, 1 x Ausschnittbündchen: Größe 34 = 97 cm breit, Größe 36 = 98 cm breit, Größe 38 = 99 cm breit, Größe 40 = 100 cm breit, Größe 42 = 101 cm breit, immer 4,5 cm lang. 1 x Taillebündchen: Größe 34 = 80 cm breit, Größe 36 = 84 cm breit, Größe 38 = 88 cm breit, Größe 40 = 92 cm breit, Größe 42 = 94 cm breit, immer 17,5 cm lang
- aus Bogeneinlage: 2 x Schulterklappe

1. Die Schulterklappen auf der linken Stoffseite mit Bogeneinlage verstärken. In einer Schulterklappe mittig rechts auf rechts falten und die lange Seite und die Spitze schließen. Dann wenden.

2. Vorder- und Rückenteil passgenau rechts auf rechts aufeinander stecken und die Schulternahte schließen. Die Schulterklappen mittig am äußeren Rand der Schulternahte rechts auf links vorziehen. Die Druckknöpfe an Schulterklappe und Schulternaht anbringen, dabei die Naht mit einem kleinen Stück Reststoff auf der linken Stoffseite unterhalb des Druckknopfes verstärken.

3. Die Ärmel an Vorder- und Rückenteil rechts auf rechts ansetzen. Dann Ärmel- und Seitennaht in einem Rutsch schließen. Nach jedem Schritt bügeln.

4. Die Paspeln entlang der Ärmelnahten und der Ausschnittkante mit einem geraden Stich auf die rechte Stoffseite von Vorder- und Rückenteil bzw. der Ärmel nähen, dabei liegen alle offenen Stoffkanten nach außen gerichtet. Möglichst in der bereits vorhandenen Naht der Paspeln nähen, evtl. einen schmalen Reißverschluss-Nähfuß benutzen.

5. An jeder Manschette die langen Kanten rechts auf rechts zusammennähen. Die beiden Manschetten-Schläuche entlang der Bruchkante ringsherum falten, sodass die Nahtzugaben innen liegen. Dann die Manschetten auf der rechten Stoffseite über die Ärmelnahten stülpen und rundum durch alle Stofflagen möglichst in der Paspelnaht annähen. Die Nahtzugaben erst dann mit der Overlockmaschine oder einem elastischen Stich verstäuben. Anschließend nach unten klappen und bügeln.

6. Das Ausschnittbündchen mittig links auf links falten, sodass die langen Seiten exakt aufeinanderliegen. Dort unter gleichmäßigem Zug rechts auf rechts in der Paspelnaht an die Ausschnitt-



UNISEX-PULLOVER

Das geschlechte Pullover mit Kängurutasche plus Fleece, schmeißt gut wie Mami. Die Fleecepartie hat einen angenehmen Kratzen mit einem Soft-Touch-Effekt, angenehmer Berührungseffekt. Je passgenaue Pullover. Keine für diesen einen weiteren Parteeinblick freisetzen.

MATERIALIEN

- Strickmaschine in Schrittweite 2,5mm, 140 cm breit
- Strickgarn in Dunkelblau oder Dunkelgrün, 140 cm breit
- Strickgarn in Hellblau oder Hellgrün, 140 cm breit
- Reißverschluss, breites geräumt, 67 cm lang 3/4 Größe 42/44 (3 cm lang)
- 4 Knöpfe passend

SO WIRD'S GEMACHT

- 1. Vorder- und Rückenteil
- 2. Vorder- und Rückenteil
- 3. Vorder- und Rückenteil
- 4. Vorder- und Rückenteil
- 5. Vorder- und Rückenteil
- 6. Vorder- und Rückenteil
- 7. Vorder- und Rückenteil
- 8. Vorder- und Rückenteil
- 9. Vorder- und Rückenteil
- 10. Vorder- und Rückenteil
- 11. Vorder- und Rückenteil
- 12. Vorder- und Rückenteil
- 13. Vorder- und Rückenteil
- 14. Vorder- und Rückenteil
- 15. Vorder- und Rückenteil
- 16. Vorder- und Rückenteil
- 17. Vorder- und Rückenteil
- 18. Vorder- und Rückenteil
- 19. Vorder- und Rückenteil
- 20. Vorder- und Rückenteil

1. Die beiden Vorder- und Rückenteile mit der rechten Seite nach außen rechts auf rechts aufeinander stecken und die Schulternahte schließen. Die Schulternahte rechts auf links vorziehen. Die Druckknöpfe an Schulternaht anbringen, dabei die Naht mit einem kleinen Stück Reststoff auf der linken Stoffseite unterhalb des Druckknopfes verstärken.



DUO-COLOR-LOOP

Dieses knifflige Longsleeve langhaarst duft wie duft die tolle Infanterie - und auch dazu noch auf auf Meer die die klassische Kängurutasche zu verpackt in einem die die auch durch eine farblich Ko-Ord oder einen Kängurutasche zu verpackt anzugehen.

MATERIALIEN

- Strickmaschine in Schrittweite 2,5mm, 140 cm breit
- Strickgarn in Dunkelblau oder Dunkelgrün, 140 cm breit
- Strickgarn in Hellblau oder Hellgrün, 140 cm breit
- Reißverschluss, breites geräumt, 67 cm lang 3/4 Größe 42/44 (3 cm lang)
- 4 Knöpfe passend

SO WIRD'S GEMACHT

- 1. Vorder- und Rückenteil
- 2. Vorder- und Rückenteil
- 3. Vorder- und Rückenteil
- 4. Vorder- und Rückenteil
- 5. Vorder- und Rückenteil
- 6. Vorder- und Rückenteil
- 7. Vorder- und Rückenteil
- 8. Vorder- und Rückenteil
- 9. Vorder- und Rückenteil
- 10. Vorder- und Rückenteil
- 11. Vorder- und Rückenteil
- 12. Vorder- und Rückenteil
- 13. Vorder- und Rückenteil
- 14. Vorder- und Rückenteil
- 15. Vorder- und Rückenteil
- 16. Vorder- und Rückenteil
- 17. Vorder- und Rückenteil
- 18. Vorder- und Rückenteil
- 19. Vorder- und Rückenteil
- 20. Vorder- und Rückenteil

1. Die beiden Vorder- und Rückenteile mit der rechten Seite nach außen rechts auf rechts aufeinander stecken und die Schulternahte schließen. Die Schulternahte rechts auf links vorziehen. Die Druckknöpfe an Schulternaht anbringen, dabei die Naht mit einem kleinen Stück Reststoff auf der linken Stoffseite unterhalb des Druckknopfes verstärken.

TIPP

Das Longsleeve langhaarst duft wie duft die tolle Infanterie - und auch dazu noch auf auf Meer die die klassische Kängurutasche zu verpackt in einem die die auch durch eine farblich Ko-Ord oder einen Kängurutasche zu verpackt anzugehen.

Absolut angesagt: Kleidung nähen aus Jersey

Must-Haves für Sie und Ihn in 5 Größen von XS bis XL

- ▶ Schnittmuster in Originalgröße, auf 2 Schnittmusterbogen
- ▶ Ausführlicher Grundlagenteil zum Nähen mit Jersey
- ▶ Präsentiert von und in Kooperation mit Makerist.de – DER Plattform für alle Kreativen!

NEU!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

**Das Makerist Nähbuch
Lieblingsstücke
aus Jersey**

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
inkl. 2 Schnittmusterbogen
(je 69 x 100 cm)
72 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17940.00/FSM
ISBN 978-3-625-17940-5

€ 9,99





TIPP

Du bist nicht der Typ für lange Kleider? Dann kürze dein Kleid einfach auf die gewünschte Länge! Wer keinen passenden Gürtel findet, näht ein Bindeband, das locker um die Taille geknotet wird.



MAXIKLEID – MAXIWIRKUNG

1. Die Seiten von Vorder- und Rückenteil versüßern. Die Schulternähte des Kleides und die der Besätze sowie die Seitennähte vom Saum bis zur Linie B rechts auf rechts schließen (Abb. 2). Die Nahtzugaben der Schulternähte versüßern und in eine Richtung bügeln. Die Nahtzugaben der Seitennähte auseinanderbügeln und das Armloch im Verlauf der Seitennähte anschließend ringsherum 1 cm nach innen bügeln. Das Armloch ringsherum absteppen. Den Saum zweimal 2 cm nach innen bügeln und ringsherum anziehen.



3. Die Nahtzugabe Richtung Besatz bügeln, dann knapp neben der Naht an den Besatz steppen. Den Besatz nach innen schlagen und die Kante glatt bügeln. Den Besatz mit einer Steppung direkt in der Schulternäht fixieren (Abb. 3a).



- ABB. 2 -

2. Die Außenkante des Besatzes ringsherum versüßern. Den Besatz rings um das Halsloch rechts auf rechts an das Kleid setzen. Die Nahtzugabe an der Spitze des V-Ausschnitts und rings um das Halsloch bis zur Naht einschneiden (Abb. 3a).



- ABB. 3 -

SOMMERLICHE TUNIKA



HÄHNCHEN



TIPP

Bitte nicht vergessen, die Nahtzugabe zu bügeln, bevor Sie die Naht steppen. Dies sorgt für einen glatten Verlauf der Naht.

Einfach nähen ohne Schnittmuster

Ruck, zuck individuelle Mode nähen, dank Näh-Basics und farbig illustrierten Anleitungen

- ▶ Präsentiert von und in Kooperation mit Makerist.de – DER Plattform für alle Kreativen
- ▶ 12 Lieblingskleider und -röcke für jede Jahreszeit – ganz ohne Schnittmuster!
- ▶ Extra: Mit 3 Oberteilen zum Kombinieren und Stylen

NEU!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

**Das Makerist Nähbuch
Röcke und Kleider
ohne Schnittmuster**

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
72 Seiten

Format: 21 x 26 cm

Art.-Nr. 0/20/17938.00/FSM

ISBN 978-3-625-17938-2

€ 9,99





DEKO & CO.

EIN NEST VOLLER EULEN

GRÖSSE: ca. 7 x 8 cm | SCHWIERIGKEITSGRAD: ★★

Die süßen Eulen bestehen aus vielen bunten Stoffresten und sind ganz leicht gemacht. Mit ihren großen Kulleraugen erobern sie jedes Herz im Sturm. Super als niedliche Deko, zum Verschenken oder auch als praktischer Türstopper (siehe Tipp)

SCHNITTMUSTER: SIEHE SEITE 2

MATERIAL

- Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm
- Nadelstift in Weiß, 1 mm stark, 5 x 8 cm
- 2 Knopflagen in Schwarz, ø 0,7 cm
- Füllwatte
- Stickgarn in Kontrastfarbe
- 2 Euro-Münze (als Hilfsmittel)
- Textilkleber
- Sticknadel
- farblich passendes Garn

SO WIRD'S GEMACHT

ZUSCHNEIDEN LAUT SCHNITTMUSTER:
• aus gepunktetem und gestreiftem Baumwollstoff je 1 x Eule; eine Nahtzugabe von 0,7 cm ist im Schnittmuster bereits enthalten.

1. Die Schnittteile rechts auf rechts füllchenbreit zusammennähren, dabei unten eine Wandöffnung lassen (siehe Schnittmuster). Die Nahtzugabe zurückschneiden.
2. Die Ecken für die Standfläche abnähen. Dazu die Ecken auseinanderziehen und flach drücken, sodass zwei Spitzen entstehen und die Bodennaht auf beiden Seiten deckungsgleich auf der Seitennaht liegt. Die Ecken je 1 cm von den Spitzen entfernt quer abnähen.
3. Die Eule auf rechts wenden. Den oberen Zipfel 3,5 cm weit nach unten falten und mit ein paar Stichen von Hand auf der oberen Stofflage festziehen. Die Eule mit Füllwatte ausstopfen und die Wandöffnung schließen.

4. Für die Ohrschwanzel ein 10 cm langes Stück Stickgarn doppelt legen, in die Stickadel fädeln und an einer der oberen Ecken durchziehen. Die losen Enden durch die Schlaufe führen und festziehen. Mit einem weiteren Stück Stickgarn wiederholen, dann alle Enden auf 1 cm Länge schneiden und auffächeln. Für den zweiten Ohrschwanzel an der zweiten Ecke wiederholen.
5. Für die Augen mithilfe der 2 Euro-Münze zwei Kreise aus dem Stoff ausschneiden. Die Filzkreise mit Textilkleber so auf der Eule befestigen, dass die eingestickte Spitze als Schnabel sichtbar ist. Zuletzt die Knopflagen annähen.



TIPP

Das Schnittmuster ist 250% vergrößert und die Eule in XXL mit buntem Stoffresten anfertigen. Als Füllung zusätzlich einen Beutel mit Sand einlegen in die Eule geben, damit sie richtig schwerer wird. So kann die Eule als Türstopper dienen.

8



MACARON-DÖSCHEN

Die bunten Döschchen sind eine tolle Deko für den Tisch und eignen sich auch als praktische Unterlegunterlagen. Sie sind aus Stoffresten und sind ganz leicht zu machen.

MATERIAL

- 1 Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm

SO WIRD'S GEMACHT
1. Die Schnittteile rechts auf rechts füllchenbreit zusammennähren, dabei unten eine Wandöffnung lassen (siehe Schnittmuster). Die Nahtzugabe zurückschneiden.

10



EINHORN-MOBILE

Das Einhorn-Mobile ist eine tolle Deko für den Raum und eignet sich auch als praktische Unterlegunterlagen. Sie sind aus Stoffresten und sind ganz leicht zu machen.

MATERIAL

- 1 Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gepunktet, 20 x 15 cm
- 1 Baumwollstoff in Bunt gestreift, 20 x 15 cm

SO WIRD'S GEMACHT
1. Die Schnittteile rechts auf rechts füllchenbreit zusammennähren, dabei unten eine Wandöffnung lassen (siehe Schnittmuster). Die Nahtzugabe zurückschneiden.

10

Reste sind das Beste

32 fröhliche Nähideen mit Stoffresten

- ▶ Präsentiert von und in Kooperation mit Makerist.de – DER Plattform für alle Kreativen
- ▶ Schnittmuster in Originalgröße zum Download
- ▶ Praktische, dekorative und niedliche Projekte für Groß und Klein

NEU!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

**Das Makerist Nähbuch
Schönes aus
Stoffresten nähen**

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
72 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17939.00/FSM
ISBN 978-3-625-17939-9

€ 9,99



S SINGER® Nähbücher

Die Standardwerke von SINGER® für alle, die neu einsteigen oder ihr Wissen rund ums Nähen wieder auffrischen möchten



Das große SINGER® Nähbuch Grundlagen & Techniken

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen,
64 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/13429.00/FSM
ISBN 978-3-625-13429-9

€ 5,99



9 783625 134299

Lieferbar!
je Band
5,99€



Das große SINGER® Nähbuch Kleine Geschenke

gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen,
64 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/13778.00/FSM
ISBN 978-3-625-13942-3

€ 5,99



9 783625 139423

Lieferbar!
9,99€



Meine große SINGER®-Nähschule

gebunden, mit zahlreichen farbigen
Abbildungen, inkl. DVD mit Grundlagenkurs
(Laufzeit ca. 20 Minuten) und Schnittmustern
in Originalgröße zum Ausdrucken
112 Seiten
Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17066.00/FSM
ISBN 978-3-625-17066-2

€ 9,99



9 783625 170662



Alle Titel
dieser Seite
sind FSC-
zertifiziert

Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

An die Nähmaschine, fertig, los!

Die besten Nähbücher mit stoffe.de

Lieferbar!
je Band
7,99€

- ▶ Über 20 süße Bekleidungsideoen für Babys und Kinder von 0 bis 3 Jahre
- ▶ Mit 10 Video-Nähtipps rund ums Nähen mit der Nähmaschine

Nähen mit stoffe.de Baby- & Kinderkleidung

inkl. 2 Schnittmusterbogen
(je 69 x 100 cm)
Art.-Nr. 0/20/17775.00/FSM
ISBN 978-3-625-17775-3



- ▶ Das Nähbuch mit den coolsten Taschen zum Selbermachen: 23 Schnitte für jede Gelegenheit
- ▶ Einkaufen von zu Hause: Materialien in der Übersicht aussuchen und via QR-Code direkt bei stoffe.de bestellen

Nähen mit stoffe.de Taschen

inkl. 1 Schnittmusterbogen
(69 x 100 cm)
Art.-Nr. 0/20/17774.00/FSM
ISBN 978-3-625-17774-6



gebunden – 64 Seiten – Format: 21 x 26 cm – je Band: € 7,99

Beide Titel dieser Seite
sind FSC®-zertifiziert

Schönes einfach selbst gemacht

Originelle Kreativideen rund ums Stricken und Nähen

Lieferbar!
je Band
7,99€



- ▶ 25 Strickideen zum Trendthema „Große Maschen“ für Wohndeko und Mode
- ▶ Schnelle Erfolge mit ausführlichem Grundlagenteil und Schritt-für-Schritt-Anleitungen
- ▶ Für echte XXL-Maschen: Spezial-Kapitel zum Arm- und Fingerstricken

Große Maschen stricken

Art.-Nr. 0/20/17609.00/FSM
ISBN 978-3-625-17609-1



9 783625 176091

- ▶ 25 neue Nähideen, die Freude machen: Modeaccessoires, Praktisches, Wohndeko, tolle Überraschungen für Kinder
- ▶ Alle Modelle mit großen Farbfotos und Schritt-für-Schritt-Anleitungen
- ▶ Sämtliche Schnittmuster auch zum Downloaden und Ausdrucken

Schöne Geschenke nähen

Art.-Nr. 0/20/17610.00/FSM
ISBN 978-3-625-17610-7



9 783625 176107



Beide Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

gebunden – 80 Seiten – Format: 21 x 26 cm – je Band: € 7,99

So macht Nähen Spaß!

Mehr als 40 Projekte für Wohnaccessoires, Mode, Taschen, Geschenke und Ideen für Kinder

Lieferbar!
7,99€

- ▶ Inklusive Schnittmusterbogen in Originalgröße sowie alle Schnittmuster auch zum Download und Selbstaussuchen und einer kleinen, bebilderten Nähschule
- ▶ Videos zu den wichtigsten Nähtechniken zeigen, wie's geht



Lieblingsprojekte aus Stoff

gebunden, mit zahlreichen farbigen Abbildungen, inkl. 1 Schnittmusterbogen (86 x 118 cm) 112 Seiten

Format: 22 x 22 cm

Art.-Nr. 0/20/17685.71/FSM

ISBN 978-3-625-00846-0

€ 7,99



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Natürlich sauber, natürlich schön

Tschüss, Chemie, hallo, Natur: Reinigungsmittel und Körperpflege zum Selbermachen

Lieferbar!
je Band
7,99€



Putz- und Waschmittel selbst gemacht

Art.-Nr. 0/20/17615.00/FSM
ISBN 978-3-625-17615-2



- Bewusst, nachhaltig, sparsam: 30 biologisch abbaubare und umweltverträgliche Putz- und Waschmittel zum Selbermachen

- 30 individuelle vegane Kosmetikprodukte zum Selbermachen für Gesicht und Körper, zum Duschen und Baden



Vegane Kosmetik

Art.-Nr. 0/20/17522.00/FSM
ISBN 978-3-625-17522-3



Beide Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

gebunden – 80 Seiten – Format: 21 x 26 cm – je Band: € 7,99

Kreativ basteln und schenken

Zauberhafte Ideen für Groß und Klein

Lieferbar!
9,99€

Mit Videos!

- ▶ Ein Set, das keine Wünsche offenlässt: 8 traditionelle Faltanleitungen im Buch plus hochwertiges Origamipapier
- ▶ Leichtes Nacharbeiten dank Faltskizzen und Video zu jeder Anleitung



Origami-Set

Box mit Anleitungsbuch
und Origamipapier
Box: 15,8 x 15,8 x 5 cm
Buch: kartoniert, 64 Seiten, 15 x 15 cm
Origamipapier: 150 Blatt mit
10 verschiedenen japanischen
Mustern, 15 x 15 cm

Art.-Nr. 0/20/17647.00/FSM

ISBN 978-3-625-17647-3

€ 9,99



9 783625 176473



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft



Lieferbar!
7,99€



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Geldgeschenke

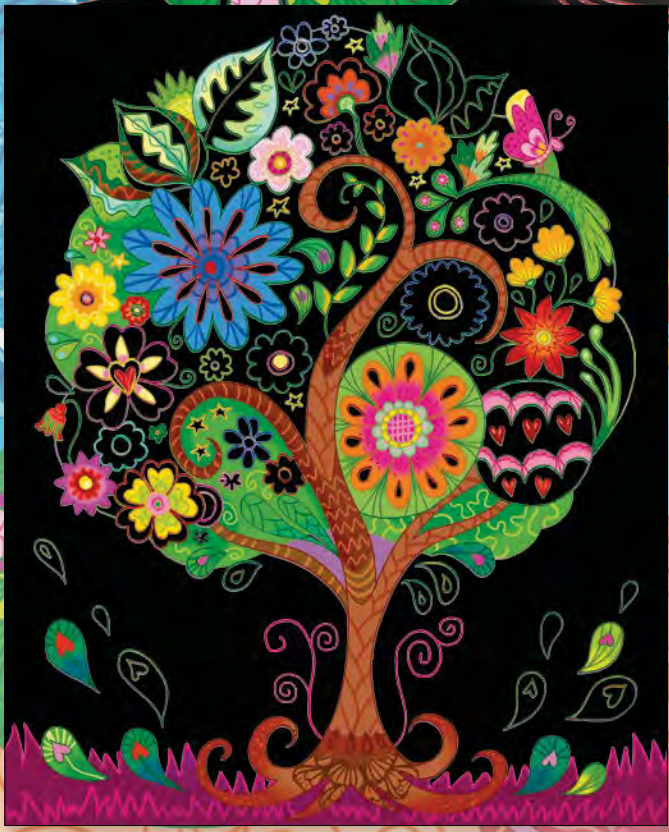
gebunden, mit zahlreichen
farbigen Abbildungen
80 Seiten
Format: 21 x 24 cm
Art.-Nr. 0/20/17613.00/FSM
ISBN 978-3-625-17613-8

€ 7,99



9 783625 176138

- ▶ 25 neue Geldgeschenke und neu interpretierte Klassiker zum Basteln und Falten

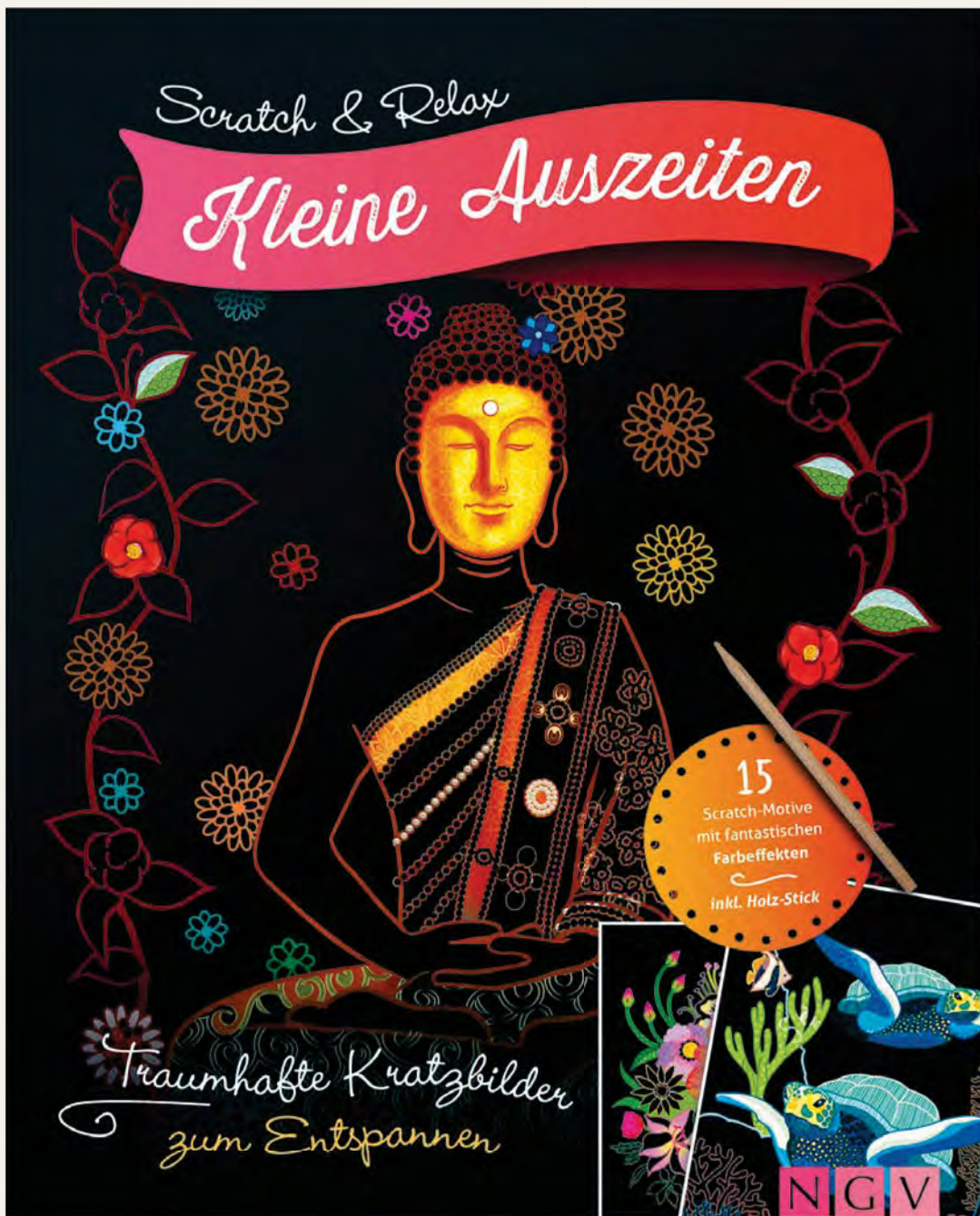


Kreative Kratzmalerei für Achtsamkeit und innere Harmonie

15 traumhafte Scratch-Motive zum Leben erwecken

- ▶ Tolle Farbeffekte und schöne Muster entdecken
- ▶ Jedes Motiv ganz individuell gestalten
- ▶ Inklusive Holz-Stick zum Sofort-Loslegen

NEU!
7,99€*



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

**Scratch & Relax
Kleine Auszeiten**

kartonierte, offene
Klebebindung, Blätter zum
Heraustrennen; mit Holz-Stick
34 Seiten

Format: 21 x 26 cm
Art.-Nr. 0/20/17867.00/FSM
ISBN 978-3-625-17867-5

€ 7,99*



Zauberhafte Motive in leuchtenden Farben

Kratzbilder mit überraschenden Effekten

**Scratch & Relax
Zauber-Gärten**

Art.-Nr. 0/20/17869.00/FSM
ISBN 978-3-625-17869-9



9 783625 178699



**Scratch & Relax
Zauberhafte Feenwelten**

Art.-Nr. 0/20/17866.00/FSM
ISBN 978-3-625-17866-8



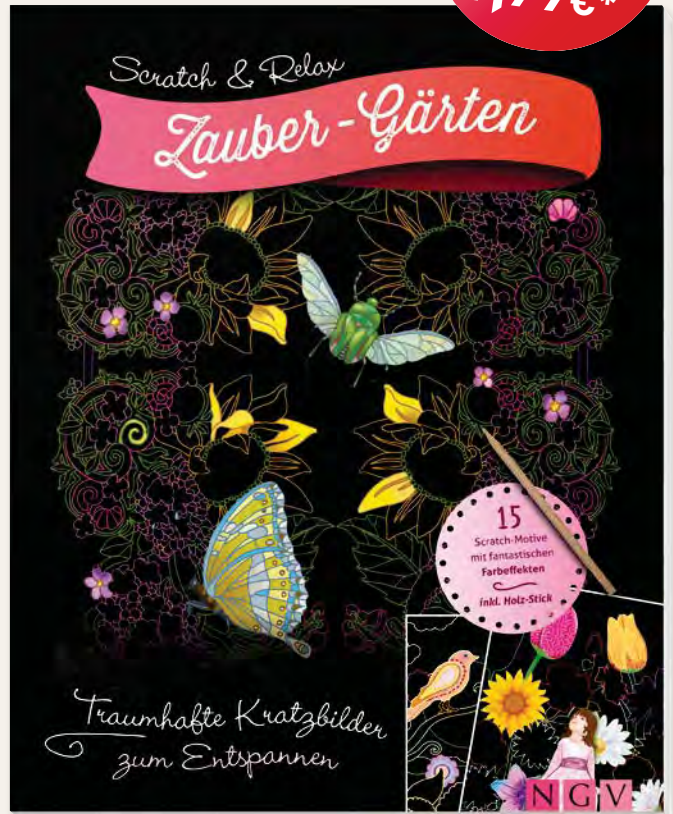
9 783625 178668

**Scratch & Relax
Mandala-Fantasien**

Art.-Nr. 0/20/17871.00/FSM
ISBN 978-3-625-17871-2



9 783625 178712



Lieferbar!
je Band
7,99€*



Das Zeichen für verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Alle Titel dieser Seite
sind FSC®-zertifiziert

kartontiert, offene Klebebindung, Blätter zum Heraustrennen; mit Holz-Stick
34 Seiten – Format: 21 x 26 cm – je Band: € 7,99*

*UVP, 19% Mehrwertsteuer

Kreative Kratzmalerei zum Entspannen

Je 15 traumhafte Scratch-Motive zum Leben erwecken

Lieferbar!
je Band
7,99€*



Scratch & Relax Jugendstil-Träume

Art.-Nr. 0/20/17870.00/FSM
ISBN 978-3-625-17870-5



9 783625 178705

- ▶ Mit tollen Farbeffekten und zauberhaften Mustern zum Freilegen und Entdecken
- ▶ Mit Mustern, Punkten oder Linien eigene Akzente setzen



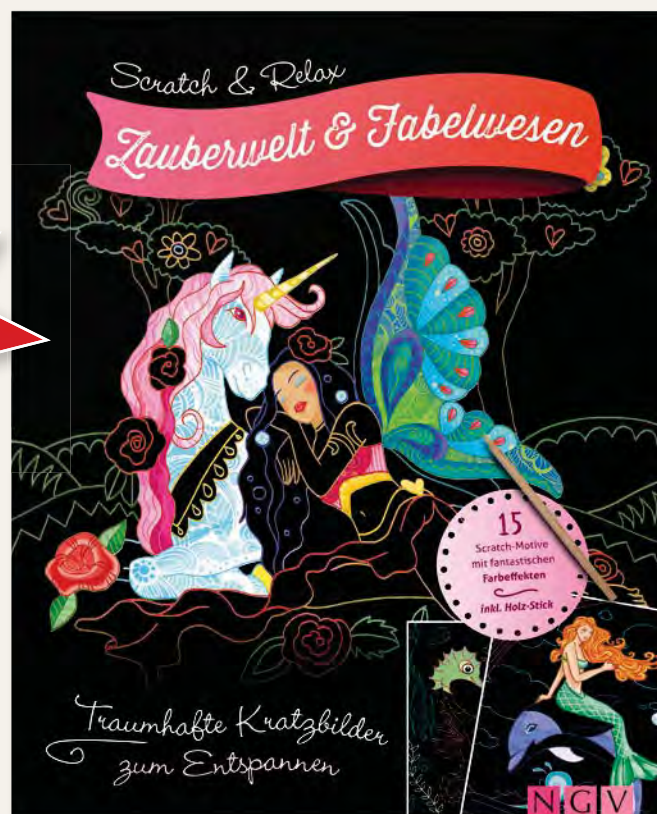
- ▶ Tolle Effekte und Farbüberraschungen
- ▶ Inklusive Holz-Stick zum Sofort-Loslegen

Scratch & Relax Zauberwelt & Fabelwesen

Art.-Nr. 0/20/17868.00/FSM
ISBN 978-3-625-17868-2



9 783625 178682



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Beide Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

kartonierte, offene Klebebindung, Blätter zum Heraustrennen; mit Holz-Stick
34 Seiten – Format: 21 x 26 cm – je Band: **€ 7,99***

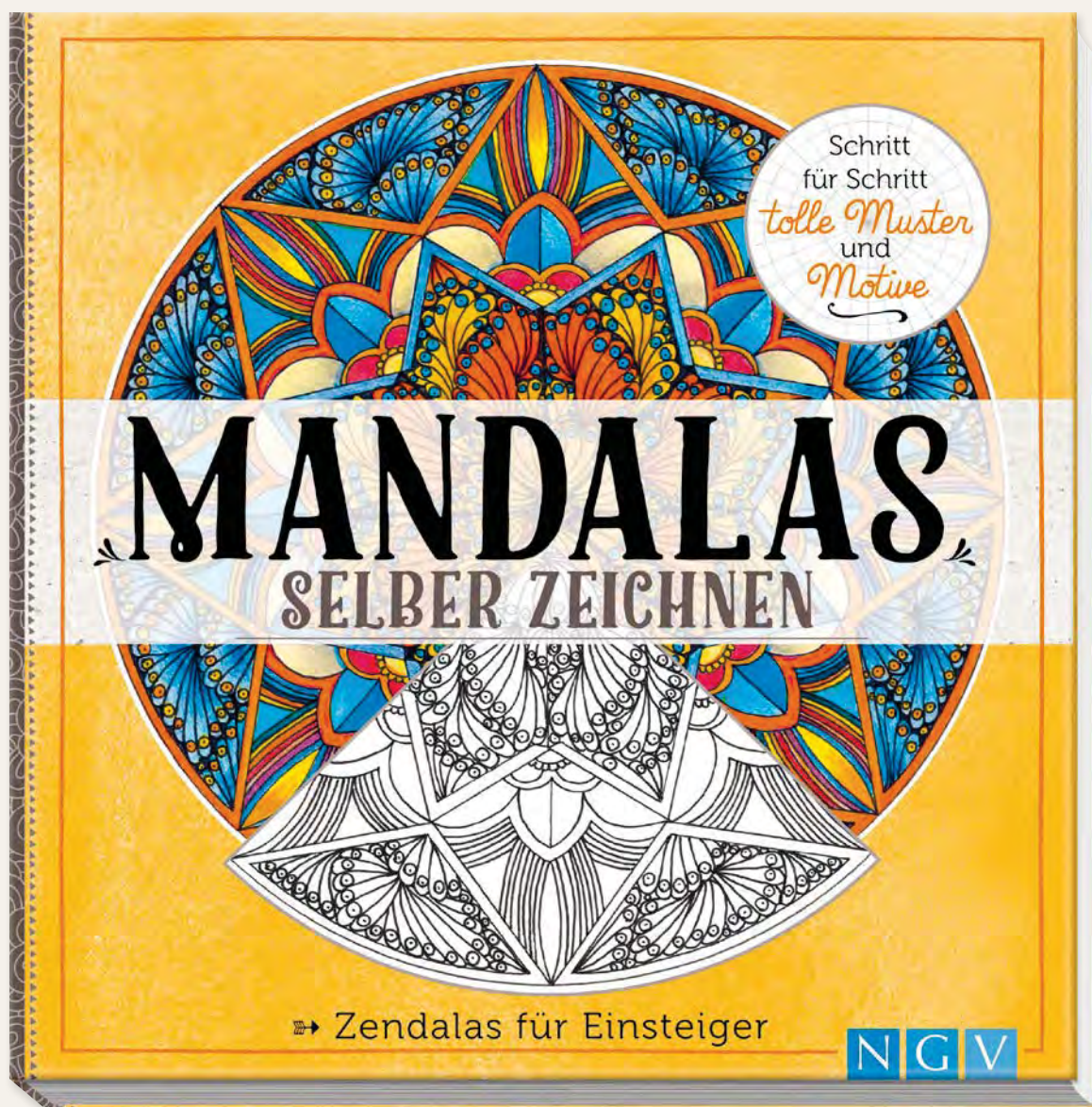
*UVP, 19 % Mehrwertsteuer

Mandala-Kunst meets Zen-Art

Kreatives Entspannen mit Zen-Art und Mandala-Kunst:
Schritt für Schritt, Muster für Muster zum fertigen Zendala

Lieferbar!
5,99€

- ▶ Zum Üben: 12 wunderschöne, farbige Mandala-Vorlagen
- ▶ Einfach: Zen-Art-Muster auf vielen Übungsseiten Schritt für Schritt nachzeichnen
- ▶ Kreativ: inspirierende Mandala-Körper für Ihre ganz eigenen Zendalas
- ▶ So wird's bunt: mit vielen Farbvorschlägen



Mandalas selber zeichnen

Klappenbroschur, 96 Seiten
Format: 22 x 22 cm
Art.-Nr. 0/20/17820.00/FSM
ISBN 978-3-625-17820-0

€ 5,99



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Megatrend Handlettering

Richtig schön schreiben: 50 kreative Alphabete für den fantasievollen Umgang mit Buchstaben und Schriften

- ▶ Kompakte Einführung zum Üben und Nachmachen
- ▶ Tolle Handlettering-Designs als Inspiration für Einladungen, Postkarten, Poster u.v.m.
- ▶ Mit vielen hilfreichen Schritt-für-Schritt-Anleitungen und zahlreichen Übungsseiten

Lieferbar!
7,99€

2. Auflage!



Handlettering-Handbuch

kartoniert, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
144 Seiten

Format: 18 x 23 cm

Art.-Nr. 0/20/17973.00

ISBN 978-3-625-17973-3

€ 7,99

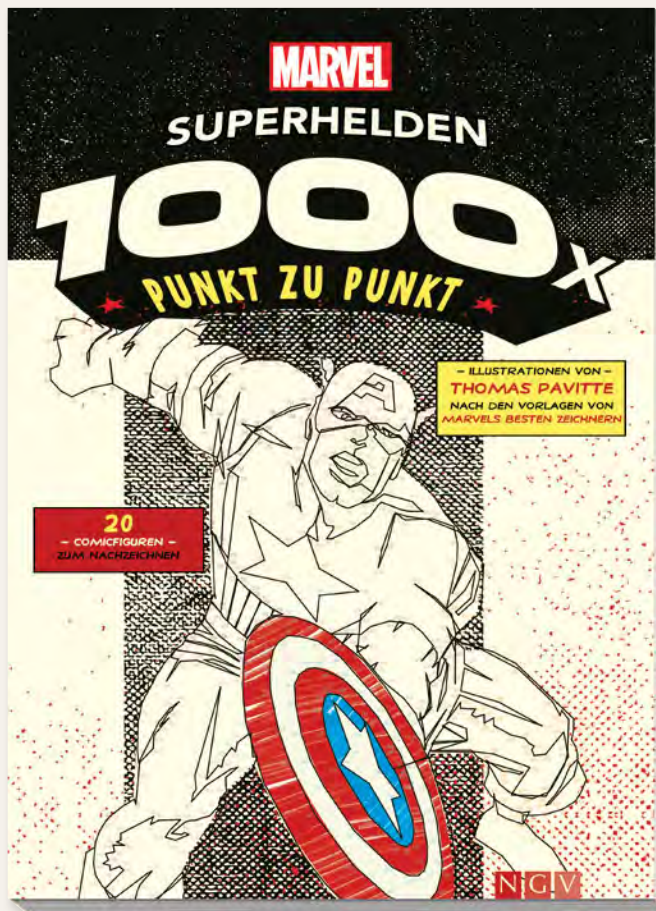


9 783625 179733

MARVEL Superhelden im Großformat

Punkt für Punkt tolle Motive zeichnen

Lieferbar!
9,99€*



- Die größten Helden des Marvel-Universums: je 1000 Punkte verbinden und 20 Comic-Motive ganz einfach selber zeichnen
- Inklusive 1700-Punkte-Poster: der Kampf zwischen Iron Man und Captain America

MARVEL Superhelden 1000x Punkt zu Punkt

Klappenbroschur mit perforierten Seiten und einem Poster im Format 35,6 x 50 cm zum Heraustrennen
Art.-Nr. 0/20/17772.00
ISBN 978-3-625-17772-2



9 783625 177722

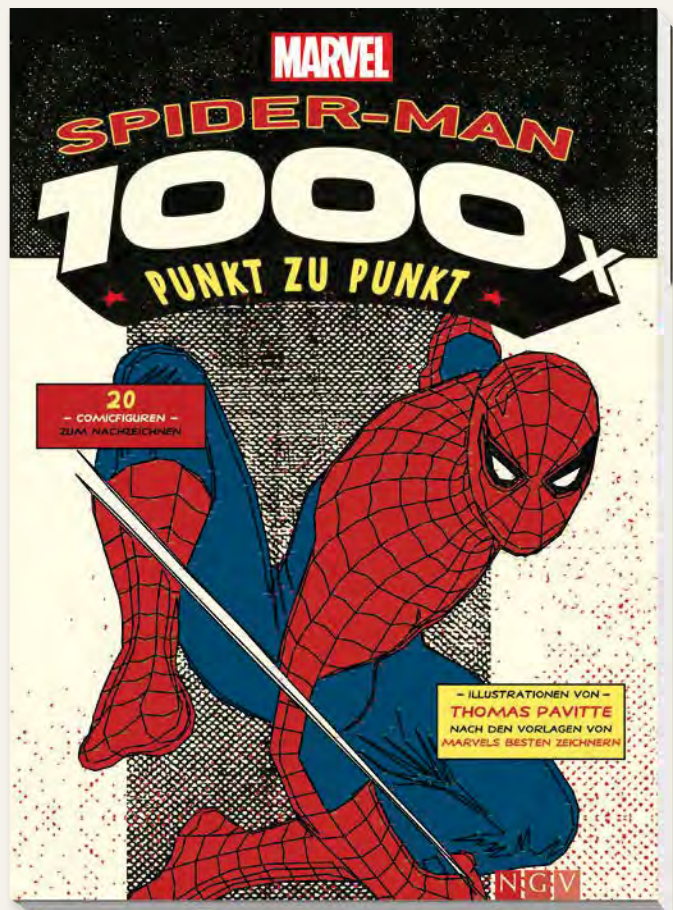
- Spider-Man, seine Verbündeten und Erzfeinde: je 1000 Punkte verbinden und 20 Zeichnungen ganz einfach selbst erstellen
- Inklusive 1500-Punkte-Poster: der Kampf von Spider-Man gegen Dr. Octopus

MARVEL Spider-Man 1000x Punkt zu Punkt

Klappenbroschur mit perforierten Seiten und einem Poster im Format 35,6 x 50 cm zum Heraustrennen
Art.-Nr. 0/20/17811.00
ISBN 978-3-625-17811-8



9 783625 178118



Optische Täuschung – genial und verblüffend!

Das etwas andere Ausmalbuch für Erwachsene

- ▶ Eine Herausforderung für Ihren visuellen Cortex: über 40 verblüffende Muster, die sich nach dem Ausmalen zu bewegen scheinen
- ▶ Mit Anregungen zur Farbwahl und Musterbildern im Anhang

Lieferbar!
6,99€*



Das Ausmalbuch der optischen Illusionen

kartoniert, durchgehend illustriert
96 Seiten

Format: 21,5 x 28 cm
Art.-Nr. 0/20/17839.00
ISBN 978-3-625-17839-2

€ 6,99*



9 783625 178392

Jede Menge Kreuzworträtsel

Je Block
3,99€

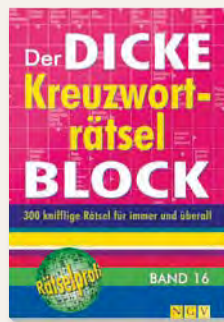


Der dicke Kreuzworträtsel-Block 15

Art.-Nr. 0/20/17240.00/FSM
ISBN 978-3-625-17240-6



9 783625 172406



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 16

Art.-Nr. 0/20/17241.00/FSM
ISBN 978-3-625-17241-3



9 783625 172413



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 17

Art.-Nr. 0/20/17242.00/FSM
ISBN 978-3-625-17242-0



9 783625 172420



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 18

Art.-Nr. 0/20/17407.00/FSM
ISBN 978-3-625-17407-3



9 783625 174073

► Über 300
Kreuzworträtsel:
reichlich Nach-
schub für alle
Rätsel-Fans



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 19

Art.-Nr. 0/20/17408.00/FSM
ISBN 978-3-625-17408-0



9 783625 174080



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 20

Art.-Nr. 0/20/17504.00/FSM
ISBN 978-3-625-17504-9



9 783625 175049



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 21

Art.-Nr. 0/20/17505.00/FSM
ISBN 978-3-625-17505-6



9 783625 175056



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 22

Art.-Nr. 0/20/17770.00/FSM
ISBN 978-3-625-17770-8



9 783625 177708



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 23

Art.-Nr. 0/20/17771.00/FSM
ISBN 978-3-625-17771-5



9 783625 177715



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 24

Art.-Nr. 0/20/17920.00/FSM
ISBN 978-3-625-17920-7



9 783625 179207



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 25

Art.-Nr. 0/20/17921.00/FSM
ISBN 978-3-625-17921-4



9 783625 179214



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 26

Art.-Nr. 0/20/18040.00/FSM
ISBN 978-3-625-18040-1



9 783625 180401



Der dicke Kreuzworträtsel-Block 27

Art.-Nr. 0/20/18041.00/FSM
ISBN 978-3-625-18041-8



9 783625 180418

**Band 26 und 27
erscheinen im
Januar 2018**

NEU!

NEU!

Die beliebte Rätsel-Reihe

Über 100 Kreuzworträtsel im Großformat für Spaß
und gute Laune

Je Band
2,99€



Kreuzworträtselbuch 1

Art.-Nr. 0/20/17765.00/FSM
ISBN 978-3-625-17765-4



Kreuzworträtselbuch 2

Art.-Nr. 0/20/17766.00/FSM
ISBN 978-3-625-17766-1



Kreuzworträtselbuch 3

Art.-Nr. 0/20/17767.00/FSM
ISBN 978-3-625-17767-8



Kreuzworträtselbuch 4

Art.-Nr. 0/20/17768.00/FSM
ISBN 978-3-625-17768-5



Kreuzworträtselbuch 5

Art.-Nr. 0/20/17914.00/FSM
ISBN 978-3-625-17914-6



Kreuzworträtselbuch 6

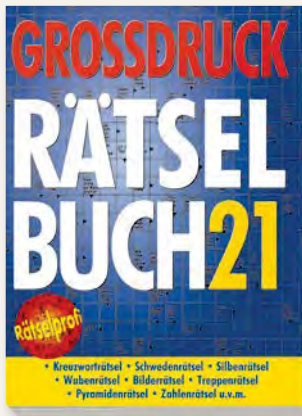
Art.-Nr. 0/20/17915.00/FSM
ISBN 978-3-625-17915-3



Rätselspaß im Großdruck

Bunte Mischung der beliebtesten Rätselarten im Großdruck bringt die grauen Zellen in Schwung

Je Buch
2,99€



Großdruck- Rätselbuch 21

Art.-Nr. 0/20/13785.00/FSM
ISBN 978-3-625-13785-6



9 783625 137856

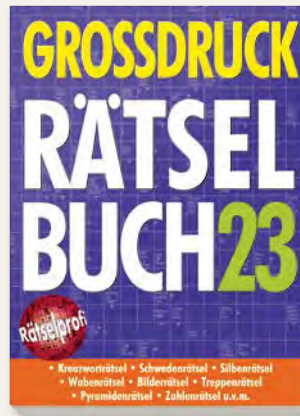


Großdruck- Rätselbuch 22

Art.-Nr. 0/20/13921.00/FSM
ISBN 978-3-625-13921-8



9 783625 139218

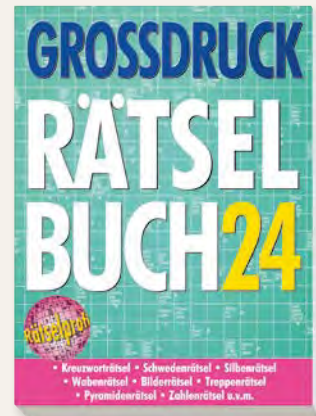


Großdruck- Rätselbuch 23

Art.-Nr. 0/20/17146.00/FSM
ISBN 978-3-625-17146-1



9 783625 171461

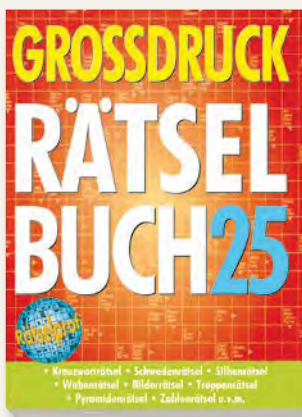


Großdruck- Rätselbuch 24

Art.-Nr. 0/20/17243.00/FSM
ISBN 978-3-625-17243-7



9 783625 172437

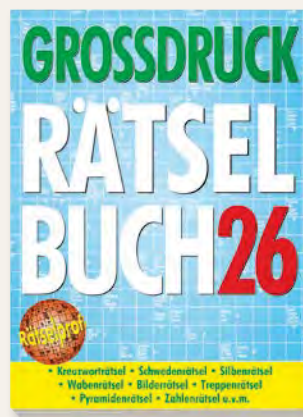


Großdruck- Rätselbuch 25

Art.-Nr. 0/20/17406.00/FSM
ISBN 978-3-625-17406-6



9 783625 174066



Großdruck- Rätselbuch 26

Art.-Nr. 0/20/17503.00/FSM
ISBN 978-3-625-17503-2



9 783625 175032



Großdruck- Rätselbuch 27

Art.-Nr. 0/20/17917.00/FSM
ISBN 978-3-625-17917-7



9 783625 179177



Großdruck- Rätselbuch 28

Art.-Nr. 0/20/18044.00/FSM
ISBN 978-3-625-18044-9



9 783625 180449



Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Alle Titel dieser Seite
sind FSC®-zertifiziert

Band 28 erscheint im Januar 2018

kartonierte – 144 Seiten – Format: 21 x 28 cm – je Band: € 2,99

Riesen-Rätsel-Spaß

Mehr als 750 Rätsel aus den beliebtesten Rätselarten im
XXL-Format zum kleinen Preis für extra-langen Knobelspaß

Je Band
5,- €



Das megagroße Rätselbuch Band 7

400 Seiten

Art.-Nr. 0/20/13679.00/FSM

ISBN 978-3-625-13679-8



9 783625 136798



Das megagroße Rätselbuch Band 8

400 Seiten

Art.-Nr. 0/20/13786.00/FSM

ISBN 978-3-625-13786-3



9 783625 137863



Das megagroße Rätselbuch Band 9

400 Seiten

Art.-Nr. 0/20/13922.00/FSM

ISBN 978-3-625-13922-5



9 783625 139225



Das megagroße Rätselbuch Band 10

336 Seiten

Art.-Nr. 0/20/17147.00/FSM

ISBN 978-3-625-17147-8



9 783625 171478



Das megagroße Rätselbuch Band 11

336 Seiten

Art.-Nr. 0/20/17238.00/FSM

ISBN 978-3-625-17238-3



9 783625 172383



Das megagroße Rätselbuch Band 12

336 Seiten

Art.-Nr. 0/20/17405.00/FSM

ISBN 978-3-625-17405-9



9 783625 174059



Das megagroße Rätselbuch Band 13

336 Seiten

Art.-Nr. 0/20/17506.00/FSM

ISBN 978-3-625-17506-3



9 783625 175063



Das megagroße Rätselbuch Band 14

336 Seiten

Art.-Nr. 0/20/17764.00/FSM

ISBN 978-3-625-17764-7



9 783625 177647



Das megagroße Rätselbuch Band 15

336 Seiten

Art.-Nr. 0/20/17918.00/FSM

ISBN 978-3-625-17918-4



9 783625 179184



NEU!

Erscheint im
Januar 2018

Das megagroße Rätselbuch Band 16

336 Seiten

Art.-Nr. 0/20/18045.00/FSM

ISBN 978-3-625-18045-6



9 783625 180456

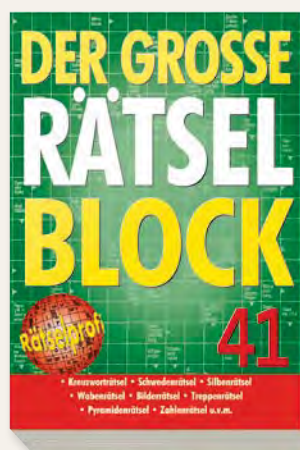


Das Zeichen für
verantwortungsvolle
Waldwirtschaft

Knobelvergnügen pur

Rätselspaß auf über 300 Seiten im beliebten Blockformat

Je Block
3,99€

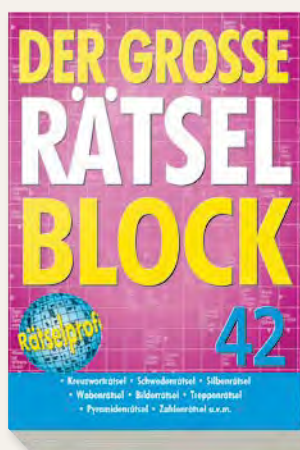


Der große Rätselblock 41

Art.-Nr. 0/20/17245.00/FSM
ISBN 978-3-625-17245-1



9 783625 172451

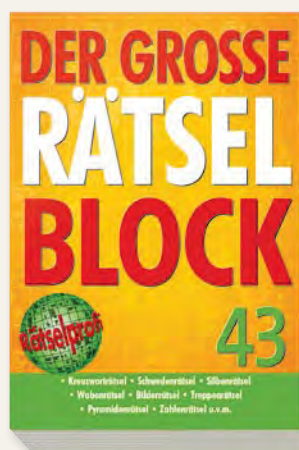


Der große Rätselblock 42

Art.-Nr. 0/20/17403.00/FSM
ISBN 978-3-625-17403-5



9 783625 174035



Der große Rätselblock 43

Art.-Nr. 0/20/17404.00/FSM
ISBN 978-3-625-17404-2



9 783625 174042

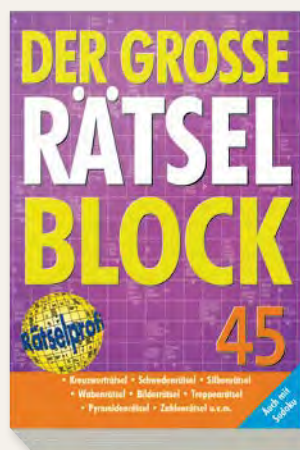


Der große Rätselblock 44

Art.-Nr. 0/20/17501.00/FSM
ISBN 978-3-625-17501-8



9 783625 175018



Der große Rätselblock 45

Art.-Nr. 0/20/17502.00/FSM
ISBN 978-3-625-17502-5



9 783625 175025

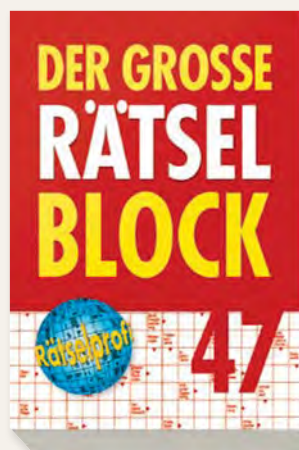


Der große Rätselblock 46

Art.-Nr. 0/20/17769.00/FSM
ISBN 978-3-625-17769-2



9 783625 177692

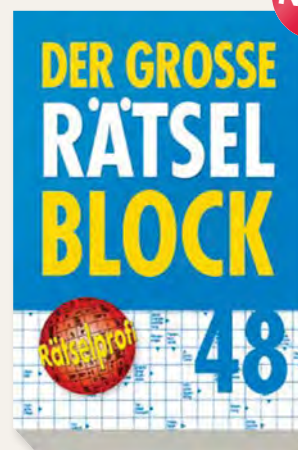


Der große Rätselblock 47

Art.-Nr. 0/20/17919.00/FSM
ISBN 978-3-625-17919-1



9 783625 179191



Der große Rätselblock 48

Art.-Nr. 0/20/18042.00/FSM
ISBN 978-3-625-18042-5



9 783625 180425

NEU!

Band 48 erscheint im Januar 2018

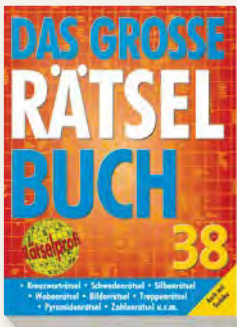
kartoniert – 336 Seiten – Format: 14,8 x 21 cm – je Band: € 3,99

Alle Titel dieser Seite
sind FSC®-zertifiziert



Der Klassiker vom Rätselprofi

Je Buch
2,99€



Das große Rätselbuch 38

Art.-Nr. 0/20/13673.00/FSM
ISBN 978-3-625-13673-6



9 783625 136736



Das große Rätselbuch 39

Art.-Nr. 0/20/13781.00/FSM
ISBN 978-3-625-13781-8



9 783625 137818



Das große Rätselbuch 42

Art.-Nr. 0/20/13918.00/FSM
ISBN 978-3-625-13918-8



9 783625 139188



Das große Rätselbuch 43

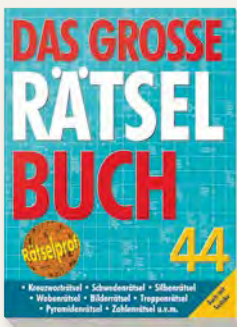
Art.-Nr. 0/20/17143.00/FSM
ISBN 978-3-625-17143-0



9 783625 171430

► Der bunte Mix der beliebtesten Rätselarten hält den Kopf fit und sorgt für Entspannung und gute Laune

► Die ultimative Herausforderung für alle Rätsel-Fans ist ideal für zu Hause und unterwegs



Das große Rätselbuch 44

Art.-Nr. 0/20/17246.00/FSM
ISBN 978-3-625-17246-8



9 783625 172468



Das große Rätselbuch 45

Art.-Nr. 0/20/17247.00/FSM
ISBN 978-3-625-17247-5



9 783625 172475



Das große Rätselbuch 46

Art.-Nr. 0/20/17401.00/FSM
ISBN 978-3-625-17401-1



9 783625 174011

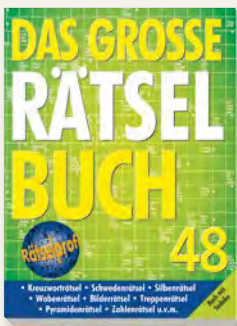


Das große Rätselbuch 47

Art.-Nr. 0/20/17402.00/FSM
ISBN 978-3-625-17402-8



9 783625 174028



Das große Rätselbuch 48

Art.-Nr. 0/20/17500.00/FSM
ISBN 978-3-625-17500-1



9 783625 175001



Das große Rätselbuch 49

Art.-Nr. 0/20/17750.00/FSM
ISBN 978-3-625-17750-0



9 783625 177500



Das große Rätselbuch 50

Art.-Nr. 0/20/17916.00/FSM
ISBN 978-3-625-17916-0



9 783625 179160



Das große Rätselbuch 51

Art.-Nr. 0/20/18043.00/FSM
ISBN 978-3-625-18043-2



9 783625 180432

NEU!

Band 51
erscheint im
Januar 2018

Am Puls der Zeit mit NGV X-Press

Die besten Trendthemen der Foodblogger-Szene

Lieferbar!
je Band
9,99€



Air Fryer – Die besten Rezepte

Art.-Nr. 0/20/17998.00/FSM
ISBN 978-3-625-17998-6



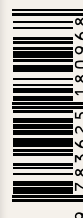
9 1783625179986

- Gesund frittieren, abwechslungsreich genießen – die besten Ideen für die Heißluftfritteuse
- Über 35 Rezepte von Pommes bis Popcorn, von Chicken Wings bis Backofen-Tortilla, von herzhaft bis süß



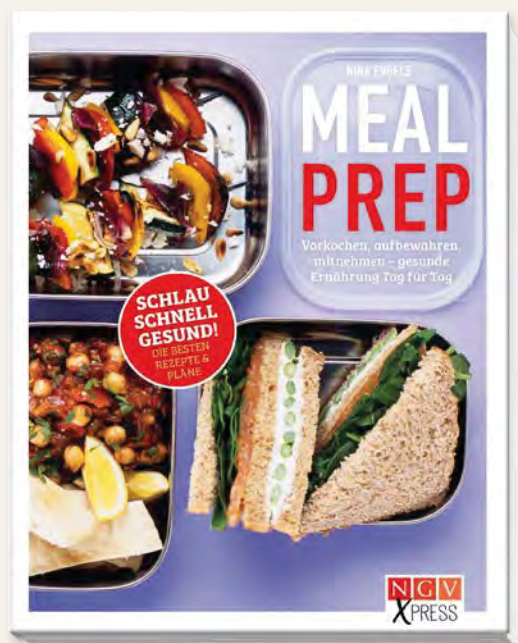
Cookie Dough

Art.-Nr. 0/20/18096.00/FSM
ISBN 978-3-625-18096-8



9 1783625180968

- Der Mega-Trend aus New York: roher Keksteig zum Löffeln
- Pur, als Zutat in kleinen Leckereien oder statt Creme auf Kuchen und Gebäck



Meal Prep

Art.-Nr. 0/20/18032.00/FSM
ISBN 978-3-625-18032-6



9 1783625180326

- Selbst kochen statt Fertigkram essen: nur einmal vorkochen und eine ganze Woche lang genießen
- 50 Rezepte in 10 abwechslungsreichen Wochenplänen



Die besten Rezepte für den Kontaktgrill

Art.-Nr. 0/20/18049.00/FSM
ISBN 978-3-625-18049-4



9 1783625180494

- Viel mehr als Steak und Sandwich
- 35 Snacks, Salate, Hauptgerichte und Süßspeisen für das innovative Trend-Küchengerät



kartoniert – 64 Seiten – Format: 16 x 20 cm – je Band: € 9,99

Alle Titel dieser Seite sind FSC®-zertifiziert

Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Die Schnellschiene für Trends

Innerhalb nur weniger Wochen entstehen bei NGV X-Press tolle Bücher mit brandneuen Rezepten von ausgewählten Bloggerinnen und Food-Autorinnen

- ▶ Freak Shakes – Mottopartys im Glas
- ▶ Der Mega-Trend aus Australien
- ▶ Bunt und verrückt: 30 üppige Shake-Ideen rund ums Jahr vom Frühlingstraum bis zum Halloween-Spaß

NEU!
9,99€



Das Zeichen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

**Erscheint im
Januar 2018**

Freak Shakes

kartiert, mit zahlreichen farbigen Abbildungen
64 Seiten

Format: 16 x 20 cm

Art.-Nr. 0/20/18137.00/FSM

ISBN 978-3-625-18137-8

€ 9,99



Verlagsadresse

Naumann & Göbel
Verlagsgesellschaft mbH
Emil-Hoffmann-Str. 1
50996 Köln
www.naumann-goebel.de

Buchhandel

Vertriebsleitung
 Dominik Acquistapace
 Telefon: 02236/3999-160
 Telefax: 02236/3999-159
 Mobil: 0163/7877126
 acquistapace@vemag-medien.de

Vertrieb Innendienst

Doris Zänsdorf
 Telefon: 02236/3999-111
 Telefax: 02236/3999-159
 doris.zaensdorf@vemag-medien.de

Auslieferung Deutschland

VVA – Vereinigte
Verlagsauslieferung
 arvato media GmbH
 Betreuung Naumann & Göbel
 Verlag
 Henkenstraße 59-65
 33415 Verl
 www.vva-online.net

Kundenbetreuung VVA:

Auslieferung Deutschland
Birgit Auberger,
Karola Karp, Katja Mahr
 Telefon: 05241/80-42221
 Telefax: 05241/80-94123
 birgit.auberger@bertelsmann.de

Auslieferung Österreich

Mohr Morawa
Buchvertrieb GmbH
 Sulzengasse 2
 A - 1232 Wien
 Telefon: 0043 (0) 1/68014-0
 Telefax: 0043 (0) 1/68968-00
 bestellung@mohrmorawa.at

Auslieferung Schweiz

Buchzentrum AG (BZ)
 Industriestr. Ost 10
 CH - 4614 Hägendorf
 Telefon: 0041 (0) 62/2092525
 Telefax: 0041 (0) 62/2092627
 kundendienst@buchzentrum.ch

Vertreter

Verlagsvertretung Schleswig-Holstein, Hamburg, Niedersachsen, Bremen
Handelsagentur
Gembrys & Schäfer
 Jochim-Sahling-Weg 31
 22549 Hamburg
 Telefon: 0170/ 5253955
 (Sven Gembrys)
 Telefon: 0160/ 9670 9209
 (Fabienne Schäfer)
 Telefax: 040/41912811
 s.gembrys@gmx.de

Verlagsvertretung Bayern
Verlagsvertretung
Peter Gersbeck
 c/o Buchhandlung Rolles
 Bahnhofstraße 24 a
 82377 Penzberg
 Telefon: 08856/83153
 Telefax: 08856/82956
 gersbeck@t-online.de

Österreich und Südtirol

Verlagsagentur
E. Neuhold OG
Erich Neuhold & Wilhelm Platzer
 An der Kanzel 52
 A - 8046 Graz
 Telefon: 0043 (0) 316/672206
 Telefax: 0043 (0) 810/9554 464886
 Montag - Freitag 9.30 - 15.30 Uhr
 buero@va-neuhold.at

Schweiz

Andreas Meisel
 Handelsvertretungen GmbH
 Hedingerstraße 13
 CH - 8905 Arni AG
 Telefon: 0041 (0) 56/6342428
 Telefax: 0041 (0) 56/4355048
 andreas.meisel@bluewin.ch

Für Sie im Außendienst unterwegs:
 Fabienne Schäfer und Sven Gembrys

Verlagsvertretung Nordrhein-Westfalen
BuD Verlagsvertretungen
Bräunlich & Dörfler
 Weseler Str. 153
 46149 Oberhausen
 Tel.: 0208/ 641302
 Fax: 0208/ 644079
 info@bud24.de

Verlagsvertretung Berlin, Brandenburg nördl. der A2 / A10 / A12

Sachsen-Anhalt nördlich der A2, Mecklenburg-Vorpommern
Thomas & Stephanie Pfennig
 Falkenweg 7
 14624 Dallgow-Döberitz
 Telefon: 033201/31949
 Telefax: 033201/31433
 verlagsvertretung-pfennig@t-online.de
 www.buecher-pfennig.de



Medien-Partner



In eigener Sache

Seit 2012 ist NGV Medien-Partner der Stiftung Deutsche Sporthilfe. Mit diesem Engagement möchten wir einen Beitrag leisten, um die Werte „Leistung. Fairplay. Miteinander.“, für die die Deutsche Sporthilfe eintritt, aktiv zu unterstützen – im Sport und in der Gesellschaft. Wir freuen uns auf viele weitere gemeinsame Projekte.

Verlagsvertretung Hessen, Saarland, Rheinland-Pfalz, Luxemburg
Klaus W. Müller
 Hermannstr. 2
 57537 Wissen
 Telefon: 02742/5761
 Telefax: 02742/71593
 Mobil: 0171/2106276
 mail@kwmm-ma.de

Verlagsvertretung Thüringen, Sachsen, Sachsen-Anhalt südlich der A2, Brandenburg südlich A2 / A10 / A12
Birgit Breitbarth
 Lindenstraße 11
 04860 Torgau
 Telefon: 03421/902604
 Telefax: 03421/778191
 Mobil: 0173/9670139
 birgit.breitbarth@t-online.de

Wir sind FSC®-zertifiziert



Das Zelothen für verantwortungsvolle Waldwirtschaft

Umweltschutz und Nachhaltigkeit gewinnen zunehmend an Bedeutung – zu Recht, wie wir finden. Deshalb tragen unsere neuen Produkte das FSC®-Label und beweisen damit ihre Herkunft aus verantwortungsvoll bewirtschafteten Wäldern. FSC® steht für Forest Stewardship Council®. Diese gemeinnützige Non-Profit-Organisation setzt sich weltweit für die Förderung einer vorbildlichen Waldbewirtschaftung ein.

Mit unserer Zertifizierung übernehmen wir eine Vorreiterrolle in der Verlagswelt. Unseren Kunden ermöglichen wir auf diesem Weg, die Produkte als zertifiziert auszuloben und explizit zu bewerben – ein wertvoller Wettbewerbsvorteil, den wir Ihnen gern einräumen.

Ein Unternehmen der VEMAG Verlags- und Medien AG, Köln

Die angegebenen Buchpreise sind die in Deutschland geltenden Europreise.

