Kochbuch „Einfach, günstig und lecker kochen! Nr. 2“



Kochbuch mit leckeren Rezepten für die ganze Familie und auch feierliche Anlässe

Wie Sie wissen, beziehe ich auch Lebensmittel bei der Hamburger Tafel, da ich nur sehr geringe finanzielle Einnahmen habe.

Ich erhalte dort einmal in der Woche eine große Einkaufstüte voller kostenloser Lebensmittel, mit denen ich dann planen und Gerichte kreieren kann.

Alles, was ich darüber hinaus benötige, kaufe ich natürlich dann bei Discounter oder Supermarkt.

Denn es ist nie im voraus abzusehen, welche Produkte ich in

einer Woche in der Lebensmitteltüte haben werde. Das sind einmal, vor allem jetzt im Sommer, eher frische Produkte wie Obst und Gemüse. Ansonsten können es aber auch gut Produkte sein wie Pasta, Reis oder Quinoa, die ich längerfristig aufbewahren kann.

Vor einigen Wochen hatte ich das erste Mal ein Kochbuch in meiner Artikelbox, in der ich jeweils die Artikel für mich für eine Woche erhalte.

Es ist ein Kochbuch, das für und mit der Hamburger Tafel e.V. erstellt und produziert wurde. Herausgegeben wurde es vom Großmarkt Hamburg.

Das Kochbuch ist nichts für Esser von sehr exklusiven Gerichten. Sondern es ist einfach gehalten, wie man es bei den Produkten der Hamburger Tafel auch erwarten würde.

Die Rezepte sind für Gerichte, die man einfach, schnell und lecker zubereiten kann. Es fällt auf, dass das Kochbuch auch zwei Kapitel für Gerichte für Kinder enthält, einmal für Kinder generell, einmal für Kinderfeste. Aber das verwundert auch nicht, denn es beziehen ja auch ganze Familien mit vier oder mehr Personen Produkte bei der Hamburger Tafel. Und Mütter oder auch Väter müssen dann auch Gerichte zubereiten, die für ihre Kinder geeignet sind.

Das Kochbuch enthält darüber hinaus – wie sollte man es anders erwarten – auch ein Kapitel zur Hamburger Küche. Dann zu Eintöpfen, Pasta, Vegetarischem und auch darüber hinaus zu Grillfeiern, Picknicks und Festen. Und im Anschluss sind noch einige Lieblingsgerichte von Hamburger „Persönlichkeiten“ aufgeführt, die sicherlich auch sehr munden. Abgerundet wird das Kochbuch, das übrigens mit einer praktischen Spiralbindung produziert wird, mit einem Kapitel zu Tipps und Tricks wie Küchenwissen, Kräuterkunde oder einem Register.

Leider enthält das Kochbuch keine Kapitel zu Fleisch oder Fisch, aber diese Produkte erhält man bei der Hamburger Tafel

auch sehr selten. Wünschenswert wäre auch, neben einige Rezepten zu Kuchen, ein eigenes Kapitel zum Backen von Kuchen, Tartes oder Torten.

Das Kochbuch ist nicht unbedingt sehr aufwändig gestaltet und produziert. Aber doch einfach und ansprechend, wie man es von einem Kochbuch von und für die Hamburger Tafel erwarten würde.

Ich werde in der nächsten Zeit sicherlich einmal das eine oder andere Gericht aus dem Kochbuch zubereiten.

Das Kochbuch ist natürlich nicht nur von Kunden der Hamburger Tafel erhältlich, sondern ganz normal im Buchhandel oder Onlineshop zu beziehen. Der Preis ist etwas verwirrend zu ermitteln, auf der Rückseite des Kochbuchs steht ein Preis von 8,– €. In Online-Buchshops wird es jedoch gebraucht mit fast 20,– € aufgeführt.

Es eignet sich gut als Geschenk für kulinarisch Interessierte. Und Sie unterstützen dadurch die Hamburger Tafel e.V. bei ihrer Arbeit. Denn der Reinerlös des Verkaufs des Kochbuchs geht an die Kochkurse der Hamburger Tafel e.V. Die ISBN des Kochbuchs ist 978-3-00-031583-1.