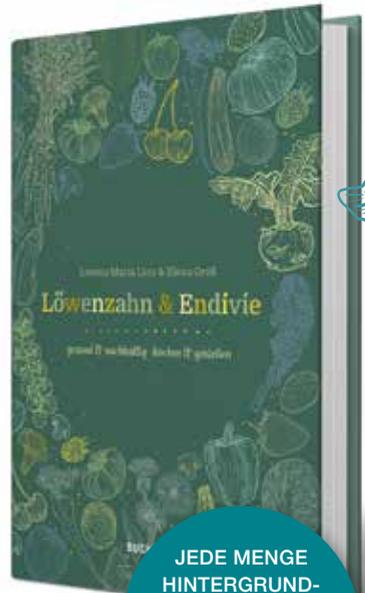


## Begeht euch gemeinsam mit diesem Buch auf eine Reise durch die Jahreszeiten und entdeckt deren delikate Schätze aus der Natur.

Wir leben derzeit in einer globalen Klimakrise, welche wir nur mit vereinten Kräften bewältigen können. Es werden jährlich mehr Ressourcen für unseren Lebensstil benötigt und darunter leidet die Erhaltung natürlicher Lebensräume, die Gesundheit von Menschen und Tier enorm. Aus diesem Grund haben wir uns entschieden, uns näher mit der Thematik der pflanzenbasierten Ernährung auseinanderzusetzen. Schließlich ist diese die nachhaltigste, umweltfreundlichste und natürlich auch die ethischste Ernährungsform. In diesem Buch erwarten euch ausgewogene und köstliche vegane Rezepte.

### LORENA MARIA LINS UND ELENA GROSS

zwei junge Hobbyköchinnen und leidenschaftliche Gestalterinnen. Sie studierten Gestaltung und Kommunikation an der Fachhochschule Vorarlberg. Ihr Herz schlägt für Design, das Kochen, leckeres Essen und vor allem für eine gesunde und nachhaltige Vielfalt in der eigenen Küche.



**JEDE MENGE  
HINTERGRUND-  
WISSEN**  
ZU GESUNDHEIT VON  
MENSCH, TIER UND  
UNSERER ERDE.

Lorena Maria Lins & Elena Groß  
**LÖWENZAHN & ENDIVIE**  
gesund & nachhaltig –  
kochen & genießen

Erstmals erschienen 11 / 2021  
2. Auflage – 10 / 2022  
Hardcover  
216 Seiten | 23 x 33 cm

**EUR 28,- | CHF 34,-**  
ISBN 978-3-99018-614-5