ANZEIGE

# LeseTräume

FÜR ENTSPANNTE STUNDEN




BÜCHER, GESCHENKE UND MEHR



# Liebe Leserinnen,

bald duftet es wieder nach Zimsternen und Glühwein. Dann beginnt die gemütlichste Zeit des Jahres, in der wir uns in Wollsocken auf das Sofa kuscheln und ein gutes Buch genießen. Und es gibt genussvolle Bücher in diesem Herbst und Winter! Schauen Sie sich auf den folgenden Seiten um. Da ist für jeden Geschmack ein Tipp dabei. Vom Krimi bis zur Komödie, vom Liebesroman bis zum Sachbuch.
Lassen Sie es sich gut gehen!

Ihre LeseTräume-Redaktion

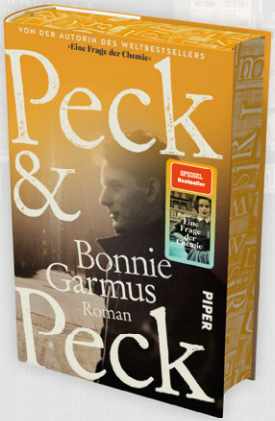
## Inhalt


03 Leselust
09 Spannung
12 Romance
14 Hörbuch
16 Geschenke
18 Inspiration
20 Besser Leben
22 Kochen



Impressum: Verlag und Herausgeber: BUCHWERBUNG DER NEUN GmbH, Trimburgstraße 2, 81249 München, info@bwd9.de, www.buchszene.de · Geschäftsführer: Hans-Joachim Haller · Projekt- und Anzeigenleitung: Brigitte Laxhuber Vertrieb und Projektassistenz: Elisabeth Sülzen · Redaktion: Jörg Steinleitner · Gestaltung: Alina Kabs · Druck: Druckerei Vetters GmbH & Co.KG · Redaktions- und Angebotsstand: November 2026 · Die Abbildungen im Magazin wurden uns mit freundlicher Genehmigung der beteiligten Verlage zur Verfügung gestellt. · Fotos: Shutterstock.com · Titelbild: © Shutterstock.com · Irrtümer, Preisänderungen und Liefermöglichkeiten vorbehalten. · Preise in Euro für Deutschland und ohne Gewähr. · Alle CD-, MP3- und DVD-Preise sind unverbindlich.


Kein Teil des Booklets darf ohne schriftliche Genehmigung des Herausgebers gespeichert, vervielfältigt oder nachgedruckt werden.




# Originell und voller Leidenschaft

Mit ihrem Roman *Eine Frage der Chemie* hat sie unsere Herzen erobert. Jetzt legt Bonnie Garmus ihr neues Werk vor: *Peck & Peck* versetzt uns ins New York des Jahres 1982. Verbrechen sind an der Tagesordnung, und Batter Gray, frischgebackener College-Absolvent mit Sinn für Poesie, blickt sorgenvoll in die Zukunft. Doch als Batter einen Traumjob bei Peck & Peck ergattert, der geheimnisvollsten, dysfunktionalsten und doch renommiertesten Lyrikzeitschrift der Welt, scheint sich das Blatt zu wenden ... Genießen Sie die unwiderstehliche Geschichte eines jungen Mannes, dessen Leben auf den Kopf gestellt wird – eine ungemein originelle Hommage an das geschriebene Wort, Kreativität und Menschlichkeit.

---

Bonnie Garmus
**Peck & Peck**
544 Seiten, 26,00 €
Piper

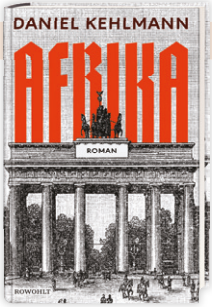



*Eine Frage der Chemie* wurde mit 16 Preisen ausgezeichnet und von der New York Times zu einem der 100 besten Bücher des Jahrhunderts gewählt. Bonnie Garmus ist ein Star der Literatur.




Eine Frau, der ihr Kind genommen wird. Ein Sohn, den dieses Trauma ein Leben lang begleitet: das Schicksal einer zerrissenen Familie, von den Wirren der deutschen Nachkriegszeit bis ins Kalifornien unserer Tage. Melanie Levensohns Roman ist elegant erzählt und zutiefst bewegend.

Melanie Levensohn
**Deutsches Kind**
397 Seiten, 24,00 €
Insel Verlag




1884 versammeln sich auf Einladung Bismarcks die großen Mächte zur Afrika-Konferenz. Mitten drin als Vertreter Österreichs: Legationsrat Strinetzky. Doch der hat ein Problem mit einer Geliebten, für die er zum Betrüger wurde ... So komisch und unterhaltsam schreibt nur Kehlmann!

Daniel Kehlmann
**Afrika**
256 Seiten, 24,00 €
Rowohlt




Britannien, im Jahr 506: Nimue ist die Tochter eines einfachen Waffenschmieds. Doch eines Tages erfährt sie, dass sie eine Auserwählte ist. Eine poetische weibliche Neuerzählung der Artussage über die Selbstermächtigung einer Frau voller Leidenschaft und tragischer Verluste.

Sabrina Qunaj
**Die Herrin vom See.**
**Schatten über Avalon (Bd. 1)**
583 Seiten, 18,00 €, Aufbau Taschenbuch




Eine winterliche Kleingartenanlage und zwei durch und durch unterschiedliche Frauen, die sich behaupten. Sensibel und mit trockenem Witz erzählt Christina Walker von Improvisation, Anarchie und Solidarität, von Selbstbestimmung und einer Natur, die sich immer weniger bezähmen lässt.

Christina Walker
**Verteidigung eines Gartens**
296 Seiten, 26,00 €
Residenz




Nach einem Schicksalsschlag hat Luise den Glauben an sich selbst verloren. Als sie Weihnachtstage und Jahreswechsel in einer Wohnung am Meer verbringt, kommt die junge Ärztin mit dem Zelebrieren uralter Winterrituale in Berührung und entdeckt eine neue Perspektive auf das Leben.

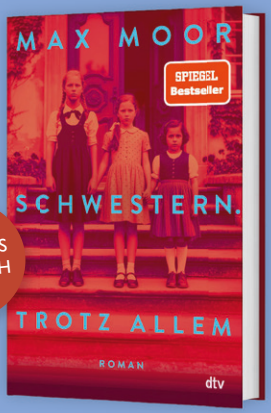
Ina Bhatter
**Rauhnachttage**
208 Seiten, 20,00 €
Kiepenheuer & Witsch




Seit 50 Jahren ist Edie mit Ron verheiratet, soweit stabil. Bis ein Lottogewinn alles ändert. Ron genießt die Villa, schnelle Autos. Aber Edie fühlt sich immer öfter allein. Eines Tages begreift sie: Es ist an der Zeit, aufs Ganze zu gehen. Denn für einen Neustart ist es nie zu spät!

Jay McKenzie
**Mrs Edie gewinnt im Lotto**
**... und verliert alles?**
448 Seiten, 23,00 €, dtv

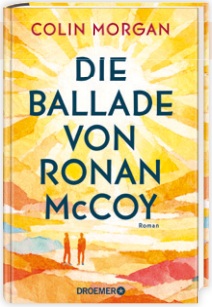
# DREI SCHWESTERN, DREI LEBEN, VIER JAHRZEHNTE




AUCH ALS HÖRBUCH

Gegen Ende des Zweiten Weltkriegs verliert Gerti alles: Vater, Mutter, und die beiden Schwestern, die ins Heim müssen. Mit Stolz meistert sie dennoch das Leben, von einer Familie träumend. Ihre schöne Schwester dagegen jagt von Mann zu Mann. Hansi wiederum, die Jüngste, macht Karriere. Und trotzdem bleibt etwas, das fehlt. Ein mitreißender Schicksalsroman über weibliche Selbstbehauptung in einer Zeit, in der es dafür noch kein Wort gab. Berührend und mit großer Sprachgewalt erzählt.

Max Moor
**Schwestern. Trotz allem**
560 Seiten, 24,00 €
dtv



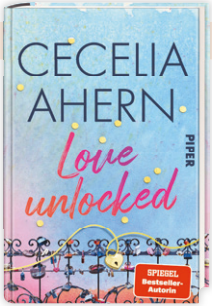

Ein herzzerreißender und mutmachender Coming-of-Age-Roman über zwei Außenseiter, wahre Freundschaft, Träume und Resilienz: An der Schwelle zum Rest ihres Lebens wollen Brendan und Ronan zusammen erwachsen werden und die Welt erobern, doch das Schicksal entscheidet anders …

Colin Morgan
**Die Ballade von Ronan McCoy**
368 Seiten, 22,00 €
Droemer




Für Gärtner Louis bricht eine Welt zusammen, als sein Kater erkrankt und ein Sturm das Dorf in der Provence verwüstet. Doch dann zieht Thalie, die Literaturlehrerin, ins Nachbarhaus. Und mit ihr die Leidenschaft für Gedichte. Eine Hymne auf die Poesie, die Natur, die Freundschaft!

Thomas Schlesser
**Der Gärtner und die Katze**
384 Seiten, 26,00 €
Piper




Von Brücken, Schlössern und dem Gewicht der Liebe erzählt Cecelia Aherns neuer Roman. Im Mittelpunkt stehen Al, der tief enttäuschte Liebesskeptiker, der Gefühlen nicht traut, und die Podcasterin Melody. Es ist eine warmherzige Geschichte – heiter, klug und voller Dublin-Flair.

Cecelia Ahern
**Love Unlocked**
400 Seiten, 24,00 €
Piper




ERSCHEINT AM 01.12.2026

Juli hat ein großes Talent: In ihrem Blumenladen erspürt sie die Ängste ihrer Kunden und schenkt mit ihren Sträußen Glücksmomente. Nur ihrem eigenen Glück steht sie im Weg … Der neue Roman von Tanja Kokoska, Autorin des Bestsellers *Guten Morgen, schönes Wetter heute.*

Tanja Kokoska
**Was haben Sie für einen Wunsch?**
288 Seiten, 23,00 €
dtv




Ein Dorf in dunklen Zeiten. Ein Mädchen, dessen Spur sich verliert. Ein fehlender Stolperstein und eine Freundin, die sich erinnert: Ute Mank gewährt einen neuen Blick auf eines der düstersten Kapitel deutscher Geschichte. Emotional, glänzend recherchiert und mitreißend erzählt.

Ute Mank
**Und mittendrin der Birnbaum**
336 Seiten, 23,00 €
dtv




Am Ende des Zweiten Weltkriegs wird ein Junge gefunden, der nichts über sich selbst und seine Herkunft weiß. So beginnt Susanne Abels so kluge wie einfühlsame Geschichte. Ein Familienroman über die Liebe zweier Heimkinder und den Einfluss der Vergangenheit auf unsere Nachkommen.

Susanne Abel
**Du musst meine Hand fester halten, Nr. 104**
544 Seiten, 14,00 €
dtv



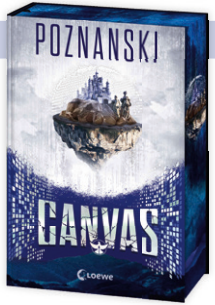

Gefangen zwischen den Zeiten: Alba reist unkontrolliert durch die Zeit und ist in zwei Epochen mit zwei Männern verheiratet. Als die Welt vor dem Zerfall steht, muss sie Verbündete über Jahrhunderte hinweg vereinen. Ein mitreißender Roman über Liebe, Verlust und den Mut, Geschichte zu schreiben.

Audrey Niffenegger
**Die Unruhe der Zeit**
784 Seiten, 28,00 €
S. FISCHER




Der Baum ist verkohlt, daran gefesselt die Leiche eines zu Tode Gesteinigten. Bei ihren Ermittlungen stoßen DS Washington Poe und Fall-Analytikerin Tilly Bradshaw auf eine Sekte, und auf Leute, die mithilfe dubioser Therapien homosexuelle Teenager „heilen“ wollten. Hochspannend!

M. W. Craven
**Der Prediger**
528 Seiten, 16,99 €
Droemer




Ein hochspannender Thriller, der eine Zukunft mit virtuellen Welten und einem gefährlichen Konflikt rund um das System Mastermind verbindet. Im Mittelpunkt steht Jana. Und die wehrt sich gegen die Ungerechtigkeit.

Ursula Poznanski
**Canvas. Cryptos (Bd. 2)**
480 Seiten, 24,00 €
Loewe



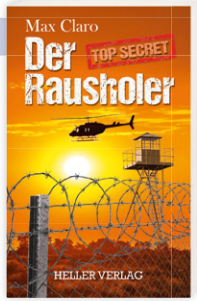

2059: Der verwitwete Schauspieler Walter Fabricius denkt an Suizid. Dann erfährt er von der Möglichkeit eine jüngere, makellose Version seiner selbst mit einem 3D-Drucker produzieren zu lassen. Doch ein fataler Fehler beim Druck verändert alles. Mehr dazu auf heller-verlag.de

Max Claro
**Der Mann, der aus dem 3D-Drucker kam**
208 Seiten, 16,90 €
Heller Verlag




Viveca Sten ist die Königin der skandinavischen Spannung – niemand erzählt so packend von der Grausamkeit der Natur und den Abgründen der Seele. In ihrem 5. Fall bekommt es Ermittlerin Hanna Ahlander mit einer Reihe rätselhafter Todesfälle zu tun. Doch die Zeit läuft ihr davon.

Viveca Sten
**Gnadenopfer. Die Åre-Morde (Bd. 5)**
496 Seiten, 23,00 €
dtv




Mit dem Traum vom Erfolg zieht Michael Müller nach Amerika – und scheitert. Doch aus dem US-Soldaten und Deserteur wird ein CIA-Agent: Unter tödlicher Gefahr rettet er Menschen über den Eisernen Vorhang und aus dem Nahen Osten. Nach wahren Begebenheiten! Mehr dazu auf der-rausholer.de.

Max Claro
**Der Rausholer**
368 Seiten. 14,90 €
Heller Verlag




Der örtliche Steckerlfischkönig liegt mausetot auf dem Golfplatz. Klar, dass sich der Eberhofer da nicht länger mit dem Bürgermeister-Wahlkampf von der Susi aufhalten kann. Gemeinsam mit Kumpel Rudi ermittelt er im 10. filmischen Abenteuer inmitten zweier verfeindeter Volksfestclans.

Nach dem Bestseller von Rita Falk
**Steckerlfischfiasko**
DVD, 95 Min., 17,99 €*
Vuelta Entertainment, Freigegeben ab 12 Jahren




Foto: © Astrid Eckert

# Mordsgaudi mit dem Eberhofer

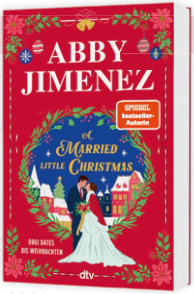
Ausgerechnet in der Silvesternacht muss der Ex-Bürgermeister dem Eberhofer ins Telefon plärren: Schüsse will er gehört haben und nein, ein Irrtum sei vollkommen ausgeschlossen. Was bleibt einem engagierten Dorfpolizisten da anderes übrig, als möglichst schnell einzuhängen? Zumindest bis ein paar Tage später eine Leiche aus dem Mühlsee gezogen wird – und der Eberhofer mitten in seinem 14. Fall steckt! Herrschaftszeiten, eigentlich hat er mit seiner Susi-Maus und den neuesten Fleischpflanzerl-Spinnereien vom Metzger Simmerl schon genug zu tun. Doch Spezl Birkenberger ist zum Glück Feuer und Flamme für den neuen Fall. Bis die Tatortbegehung am Mühlsee die Begeisterung blitzschnell runterkühlt …




Geboren in Oberammergau, hat sich Rita Falk mit ihren Krimis um den Dorfpolizisten Eberhofer einen großartigen Ruf als Krimi-Königin weit über die Grenzen Bayerns hinaus erschrieben.

---

Rita Falk
**Fleischpflanzerl-Misere**
320 Seiten, 18,00 €
dtv




Dieses Wohlfühlbuch überrascht mit dem schrecklichsten Weihnachtsdinner aller Zeiten, einer Großmutter, die das Patriarchat stürzen will und einer köstlich wilden Katzen-Rettungsaktion. Außerdem verzaubert es uns mit den miteinander verbundenen Liebesgeschichten dreier Paare.

Abby Jimenez
**A Married Little Christmas**
352 Seiten, 17,00 €
dtv




Lust auf ein Buch mit Sommervibes, Humor und Plottwists? Dann wirst du Virginias und Felix' Geschichte lieben: Die gehen zur Testamentseröffnung eines verstorbenen Freundes ihrer Großeltern und werden in eine Murder Mystery verwickelt. Spannung und jede Menge Herzklopfen garantiert!

Amanda Sellet
**Flirting With Murder. Hearts & Crime (Bd. 1)**
384 Seiten, 17,95 €
Loewe




Eleonora hat alles verloren. Nach ihrer unfreiwilligen Hochzeit mit Valerio ist sie seine Gefangene. Je tiefer sie in die gefährliche Welt seines Mafia-Clans eintaucht, desto klarer wird: sie kämpft nicht nur um ihre Freiheit, sondern auch um ihr Leben – und um ihre Liebe zu Dante.

Nina Martin
**Flaming Revenge (Bd. 2)**
448 Seiten, 17,00 €
cbj

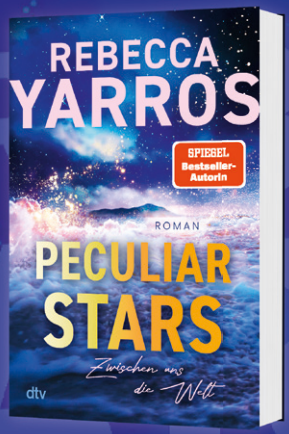



Als Maggie nackt in einer Gasse erwacht, begreift sie schnell: Sie ist in der Stadt Kair Toren gelandet, in der düsteren Welt ihrer liebsten Fantasy-Buchserie! Als sie herausfindet, dass sie nicht sterben kann, nimmt sie das Schicksal des Königreichs und ihrer Liebe in die Hand.

Ilona Andrews
**This Kingdom Will Not Kill Me. Maggie the Undying (Bd. 1)**
752 Seiten, 26,00 €, Cove

# 543 TAGE. EINE INSEL. EINE UNERWARTETE LIEBE

Eigentlich ist Callista verlobt. Doch eine Segeltour endet in der Katastrophe. Callista strandet mit Dominic, dem Cousin ihres Verlobten, auf einer Insel. Monatelang kämpfen sie ums Überleben. Und fernab von Verpflichtungen und Rollenbildern entdeckt Callista innere Stärke und hinterfragt ihr bisheriges Leben. Ein emotionaler, moderner Liebesroman über Transformation, Überleben und den Mut, ein authentisches Leben zu wählen, auch wenn es bedeutet, alles hinter sich zu lassen.




Rebecca Yarros
**Peculiar Stars – Zwischen uns die Welt**
752 Seiten, 17,00 €
dtv

# Jederzeit verfügbar – digital hören!




Moritz Matthies
**Die Schweiz ist nicht genug – Ein Erdmännchen-Krimi (Bd. 11)**
Sprecher:
Christoph Maria Herbst
5 Std. 26 Min.




Hermann-Josef Tenhagen
**Finanzen ab 50: Es ist nicht zu spät**
Autorenlesung
8 Std. 21 Min.




Mitch Albom
**Noch einmal, für immer**
Sprecher: Andreas Fröhlich
7 Std. 25 Min.




Andreas Winkelmann
**Moorland – Die Braut (Bd. 2)**
Sprecher: Charles Rettinghaus
12 Std. 44 Min.

* unverbindliche Preisempfehlung




Edgar Selge
**Juras letzter Winter**
Autorenlesung
6 Std. 9 Min.

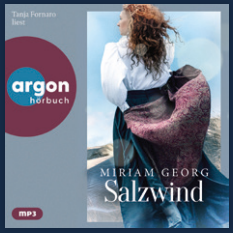



Eva Menasse
**Alleinruhelage**
Autorenlesung
7 Std. 26 Min.










## ALLE AUCH DIGITAL VERFÜGBAR

Als die Mauer fiel, war Joachim Sauer 40. Hier erzählt er erstmals von seinem Aufwachsen in der SED-Diktatur, seiner Forscherkarriere und seinem Erleben der deutschen Einheit. Anekdotenreich und humorvoll berichtet er auch vom politischen Weg seiner Frau und späteren Bundeskanzlerin.

Joachim Sauer
**Mein richtiges Leben**
Sprecher: Götz Schubert
2 MP3-CDs, 9 Std., 26,00 €*, argon

1884 lädt Bismarck die Welt zur Afrika-Konferenz. Es geht um die Aufteilung der Kolonialreiche. Dies geschieht jedoch nicht ohne Skandale. Kehlmann verknüpft clever geschichtliche Ereignisse mit einem äußerst unterhaltsamen Romanplot. Ein einzigartiges Hörerlebnis!

Daniel Kehlmann
**Afrika**
Sprecher: Ulrich Noethen
1 MP3-CD, 6 Std. 52 Min., 25,00 €*, argon

Coras Welt liegt in Scherben. Alles, was sie sich im Seebad Norderney als Hauslehrerin aufgebaut hat, war vergebens. Aber wo soll sie hin? Nur ein einziger Fehltritt kann sie ins Armenhaus bringen. Miriam Georgs zweites Sturmland-Hörbuch ist so packend, dass man atemlos lauscht!

Miriam Georg
**Salzwind. Sturmland (Bd. 2)**
Sprecherin: Tanja Fornaro
2 MP3-CDs, 14 Std. 57 Min., 20,00 €*, argon

# EINE MAGISCH-LITERARISCHE WEIHNACHTSGESCHICHTE



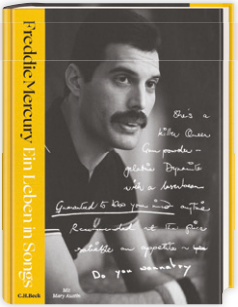

In einer geheimnisvollen, altehrwürdigen Bibliothek mitten in London, wo an Heiligabend wie jedes Jahr nur der alte Mr Stanley Wache hat, erwacht des Nachts die versammelte Weltliteratur zum Leben und gerät in Streit darüber, welches Buch vorgelesen werden soll. Nichts ist schöner, als die Protagonisten und Autorinnen in Benedict Wells' Geschichte beim Tratschen und Plaudern zu belauschen. Und Carlo Stanga hat die magische Geschichte kongenial illustriert.

Benedict Wells, illustriert von Carlo Stanga
**Die Nacht der Bücher**
64 Seiten, 20,00 €
Diogenes




Wie hat die Wissenschaft unsere Welt verändert? Welche Gefahren gehen von der KI aus – und von der Erkenntnis, dass Wissen Macht ist? Der letzte Band der Graphic-Novel-Adaption des Bestsellers ist eine grandiose Tour de Force durch die Geschichte der wissenschaftlichen Revolutionen.

Yuval Noah Harari
**Sapiens. Die Zauberlehrlinge**
245 Seiten, 28,00 €
C.H.Beck




Bis zu seinem Tod war Mary Austin zwei Jahrzehnte lang Freddie Mercurys engste Vertraute. Er vermachte ihr alles – sein Archiv, sein Haus, seine Erinnerungen. Nun gewährt sie anhand vieler Fotos und Texte tiefe Einblicke in dieses überbordende Leben eines unserer größten Musiker.

---

Freddie Mercury, Mary Austin
**Ein Leben in Songs**
320 Seiten, 38,00 €
C.H.Beck

# Die glanzvolle Welt der Bridgertons




STAFFEL 5 STARTET IM HERBST 2027

Alle Ausgaben mit
limitiertem Farbschnitt
Je 416-423 Seiten
Je 18,00 €
HarperCollins




Eine Trennung oder Scheidung ist selten nur ein emotionaler Einschnitt – oft wird sie auch zu einem komplizierten Geflecht aus Paragraphen, finanziellen Fragen und Konflikten. Anwältin Anna Maria Göbel zeigt, welche Ansprüche Frau zustehen und worauf sie unbedingt achten sollte.

Anna Maria Göbel
**Klug getrennt – erfolgreich geschieden**
192 Seiten, 22,00 €
humboldt




Frauen am Arbeitsplatz haben oft mit anderen und zusätzlichen Belastungen zu kämpfen als Männer. Um diese erfolgreich zu bewältigen, werden viele Frauen und Führungskräfte zu Funktionierenden. Dieses Buch erklärt, warum sie sich so verhalten und wie sie Muster durchbrechen können.

Nilima Chowdhury
**Die Funktionierenden**
156 Seiten, 22,00 €
Kohlhammer




Stets funktionieren sie, selten sind sie laut: die Frauen der Generation X. In diesem Buch verraten die Journalistin Susan Link und prominente Interviewpartnerinnen wie Annette Frier, Désirée Nosbusch oder Miriam Meckel, woraus sie ihren Mut schöpfen. Eine Lektüre, die inspiriert.

Susan Link
**»Ich habe eine Wassermelone getragen«**
224 Seiten, 22,00 €
Piper

# PFLICHTLEKTÜRE IM DIGITALEN ZEITALTER




Mental Load ist die permanente geistige und emotionale Verantwortung, die viele Menschen im Alltag tragen: planen, organisieren, erinnern, mitdenken. Dieses Buch zeigt, dass Mental Load weit mehr ist als Stress und wie man ihr strategisch begegnet, um Veränderung zu erzielen.

Filomena Sabatella
**Mental Load**
184 Seiten, 28,00 €
Kohlhammer

Je stärker Gesellschaften auf digitale Systeme, KI und Plattformen angewiesen sind, desto deutlicher zeigt sich ein Paradox: Die Zahl technischer Möglichkeiten wächst, aber die realer Alternativen nicht. In seinem Buch beschreibt der Soziologe und Zukunftsforscher Dr. Konstantin Schamber die schleichende Verengung des Möglichen zur Monokultur. Er zeigt, warum offene Zukunft keine Selbstverständlichkeit ist, sondern kulturell, demokratisch und institutionell verteidigt werden muss.




Konstantin Schamber
**MONOFUTURIS**
288 Seiten, 30,00 €
Anthroexx Verlag

# SORGE VOR DEM WINTERBLUES? NICHT MIT DIESEM BUCH!




Nie wieder Winterblues! Die Psychologin Stephanie Fitzgerald zeigt in diesem Buch, wie wir den Winter mit seiner Kälte und Dunkelheit nicht nur überstehen, sondern ihn als Quelle von Ruhe, Klarheit und Freude erleben können. Wissenschaftlich fundiert, liebevoll geschrieben und mit leicht umsetzbaren Übungen lädt Fitzgerald dazu ein, sich dem natürlichen Rhythmus der Jahreszeiten anzupassen – und so körperlich wie seelisch aufzutanken. Dieses Wohlfühl-Buch ist ein Winterwunder!

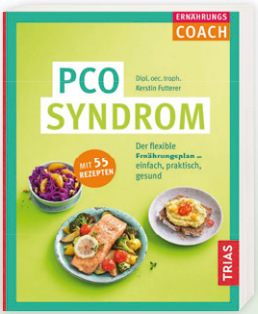
Dr. Stephanie Fitzgerald
**Die Geschenke des Winters**
288 Seiten, 14,00 €
dtv




Mit *Wehe du gibst auf* hat Clara Lösel die Herzen erobert. Nun legt sie nach: mit 101 neuen Texten, die nicht nur dein Denken, sondern auch dein Leben verändern. Es geht um Liebe und Lebensfreude, um Schönheit und mentale Gesundheit, und die Stärke der eigenen Verletzlichkeit.

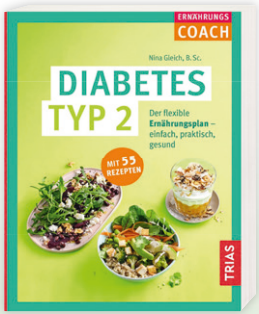
Clara Lösel
**Ich dachte, sowas fühl nur ich**
208 Seiten, 20,00 €
Rowohlt Polaris

# Gut essen – deinem Körper zuliebe










Man kann sich gesund essen. Dies ist die einfache, aber überzeugende These, die die Bände der Ernährungs-Coach-Reihe von TRIAS unter Beweis stellen. Sie begleiten dich wie eine persönliche Beratung: strukturiert, flexibel, motivierend. So gelingt die Ernährungsumstellung sogar bei PCO-Syndrom, Diabetes & Co. spielend leicht und der Körper findet Schritt für Schritt wieder zu seinem inneren Gleichgewicht.

Kerstin Futterer
**Ernährungs-Coach: PCO-Syndrom**
144 Seiten, 22,00 €, Trias

Anne Iburg
**Ernährungs-Coach: Antientzündlich essen**
144 Seiten, 22,00 €, Trias

Nina Gleich
**Ernährungs-Coach: Diabetes Typ 2**
152 Seiten, 22,00 €, Trias

**Mehr Bücher zum Thema „gute Ernährung“:**




Die schönste Zeit des Jahres ist gleichzeitig die hektischste. *Merry Friendsmas* lädt dazu ein, durchzuatmen, die Lichter zu sehen und sich zu fragen: Wie möchte ich Weihnachten wirklich erleben? Es inspiriert zu leisen Ritualen, Kerzen-Spaziergängen, Backen ohne Stress. Wunderbar!

Katharina Lierzer
**Merry Friendsmas**
176 Seiten, 29,90 €
Löwenzahn



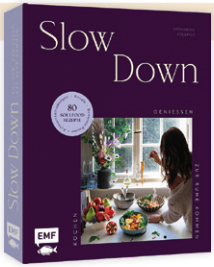

Festliche Gerichte, süße Naschereien und wärmende Getränke – dieses liebevoll gestaltete Kochbuch lädt dazu ein, den Advent bewusst zu genießen. Mit kreativen Bastelideen, Geschenken von Herzen, Geschichten, Liedern und Gedichten. So wird Weihnachten gemütlich und nostalgisch!

Michaela Maier
**Alles Liebe zum Weihnachtsfest**
168 Seiten, 30,00 €
Hölker Verlag




Weihnachten 1795 – Jane Austen verliebt sich das erste Mal! Dieses magische Buch erzählt die exklusive Geschichte voller Romantik und entführt in festlich geschmückte Salons. Mit köstlichen Rezepten – von Apfelpunsch und Baiser-Küssen bis hin zu Eggnog-Kuchen mit Sternenplätzchen.

**Weihnachten bei Jane Austen**
152 Seiten, 29,00 €
Jan Thorbecke Verlag

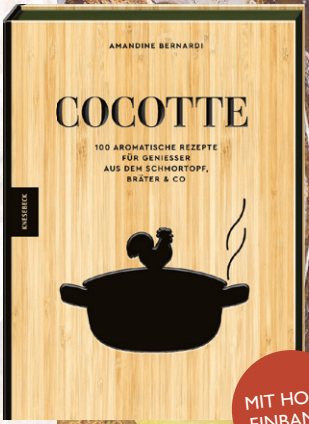



Dieses Kochbuch lädt dazu ein, den Alltag zu entschleunigen – mit 80 Soulfood-Rezepten, die Kochen und Essen in ein bewusstes Ritual verwandeln. Ein Feuerwerk aus überraschenden Aromenkombinationen – von Pflaumen-Açaí-Bowl mit essbaren Blumen bis hin zu Kürbiseis mit Malzbier-Karamell.

Katharina Küllmer
**Slow Down**
240 Seiten, 35,00 €
EMF

# LANGSAM KOCHEN, GROSS GENIESSEN

Mit Amandine Bernardi wird jeder Schmortopf zum Tor in eine köstlich duftende Welt voller Aromen. Ob kräftige Fleischgerichte, herzhafte Eintöpfe, aromatische Currys oder zart gegarte Fischgerichte – ihr Schmortopf-Kochbuch begeistert alle, die mit wenig Aufwand kulinarisch Großes zaubern möchten. Ideal für die Winterküche, gemütliche Festtage oder das sonntägliche Familienessen – mit wenig Aufwand entstehen echte Wohlfühlgerichte voller intensiver Aromen.




Amandine Bernardi
**Cocotte**
240 Seiten, 45,00 €
Knesebeck




ab **11,99 €**

**UVP 44,90 €**

Exklusives Gewinnspiel hier

**RABATTCODE:**

**BUCHSZENE27**

versandkostenfrei ab 6 Exemplaren

Jetzt online zugreifen auf **www.gutscheinbuch.de**

buchszene.de/schlemmerblock

VMG mbH, Niedesheimer Str. 18, 67547 Worms