

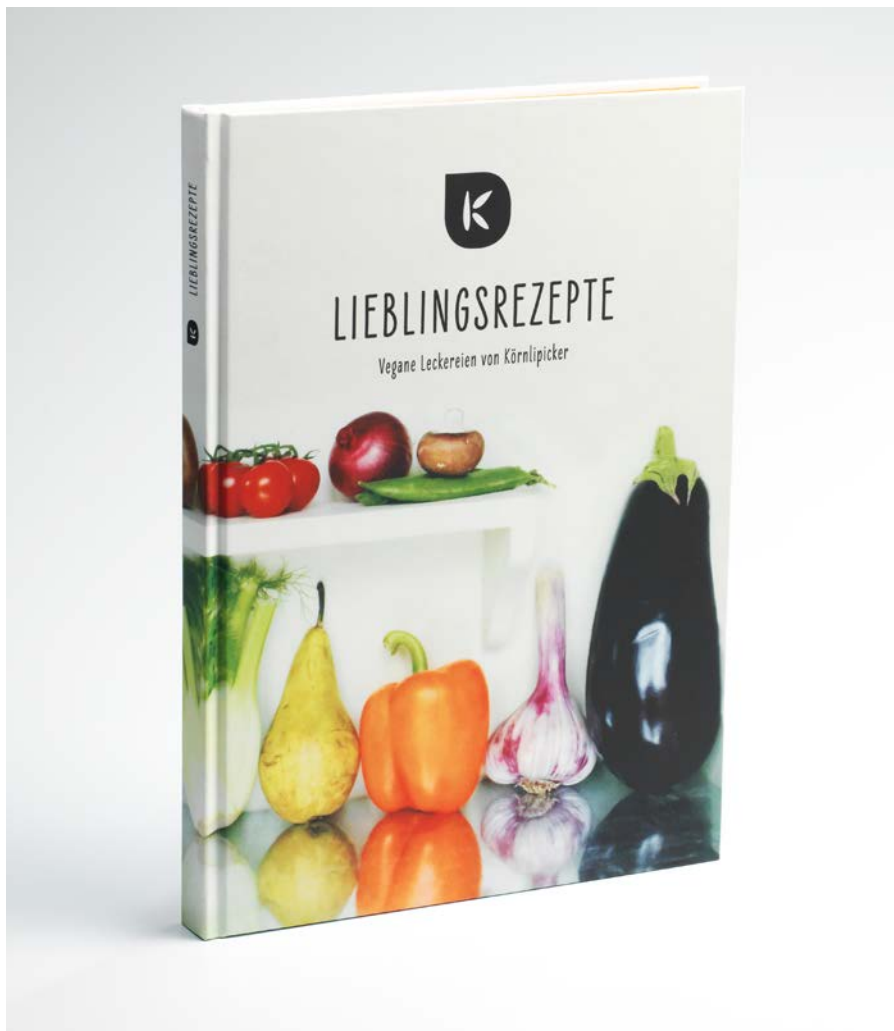
## Kochbuch als Semester- und Abschlussarbeit

**Was wolltest du schon immer einmal tun, hast dir jedoch bis heute nie die Zeit dafür genommen?**

Mit genau dieser Frage wurde ich im Rahmen der Semester- und Abschlussarbeit für die Ausbildung zur Typografischen Gestalterin konfrontiert. Für mich gab es nur eine Antwort: dieses Kochbuch!

Endlich mein eigenes Kochbuch gestalten, und zwar von A bis Z. Die Rezepte selber kreieren, notieren, kochen, kosten, verfeinern, anrichten, für das Foto arrangieren und fotografieren und anschliessend genüsslich verschlingen. Alle Rezepte sortieren und in eine harmonische Reihenfolge bringen. Recherchieren, welche Gemüse- und Früchtesorten wann Saison haben und welche Heilwirkungen sie haben.

Entstanden sind 44 leckere vegane und saisonale Rezepte, die alle mehrfach gekocht, getestet und frisch zubereitet in «gluschtigen» Bildern festgehalten worden sind. Die Saisontabellen informieren zudem, was wann aktuell ist und das Glossar über die Heilwirkungen hilft, sich fit und gesund zu halten.



### Im Handel erhältlich

Das Kochbuch ist ab 20. November für CHF 35.– erhältlich unter:  
[www.swiboo.ch](http://www.swiboo.ch)

### Weihnachtsmärkte

Voller Freude werde ich an zwei Weihnachtsmärkten mit einem Stand vertreten sein und das Kochbuch sowie Leckereien daraus anbieten:

- Klausmarkt in der Altstadt Zug, 30. November, 9–18 Uhr
- Weihnachtsmarkt in Zofingen, 5. und 6. Dezember, bis 22 Uhr

### Foodblog mit Leidenschaft

Nebenbei führe ich meinen Foodblog [Körnlipicker.ch](http://Körnlipicker.ch), der durch mein Umfeld und die häufig gestellte Frage «Was isst du denn noch?» entstanden ist. Auf diesem publiziere ich unter dem Pseudonym «Broccoli» heute zusammen mit zwei Freunden unsere neuesten veganen Kreationen, die mit saisonalen und regionalen Zutaten zubereitet werden. Der Name Körnlipicker bedient dabei das weit verbreitete Vorurteil und zeigt mit einem zwinkernden Auge, wie vielseitig diese Ernährungsweise ist.

*Melanie Bütikofer*

