

KØKKEN-ANALFABET?

Sådan laver du nem mad – trin-for-trin!

For 3 år siden stod en ung kvinde med et irriterende problem: Hun kunne som 23-årig stadig ikke lave mad. Hun gav sig selv en udfordring: Nu skulle hun lære det og samtidig ville hun dele sin rejse med andre køkken-analfabeter. Resten er som man siger historie. Frk. Kræsen alias Linn Grubbström er nu mere end skrap i et køkken, og samtidig har hun hjulpet tusindvis af andre nybegyndere i gang via sin blog.

Frk. Kræsen udgiver nu sin første bog: *Mad for begyndere*. I bogen har hun allieret sig med den erfarne kok Jacob Damgaard, og sammen har de udtænkt og afprøvet 52 opskrifter til nybegyndere i køkkenet. Alle opskrifter bliver forklaret trin for trin med billeder og grafik, hvilket gør madlavningen nem og ligetil. Der er fokus på lækker hverdagsmad, der kan laves på 30-45 minutter.

Mad for begyndere indeholder enkle, lette og hurtige retter, der kan laves af alle: nybegyndere såvel som erfarne i køkkenet. Prøv fx Quesadilles med laks og salat, som kan laves på kun 30 minutter. Eller hvad med en sund Spansk tærte med chorizo? Bogen byder også på mad i kategorierne 'mad der frister', 'mad der imponerer', 'mad, der mætter mange' og 'mad, der er sød'. Så hvis du selv er køkkenanalfabet eller kender én der er, så er det bare med at komme i gang!

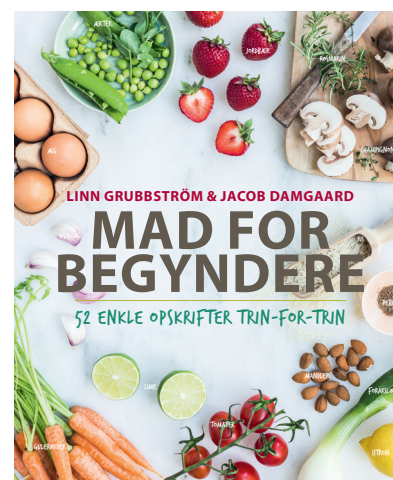
Om forfatterne

Linn Grubbström er madkommunikatør, grafiker, fotograf og madstylist. For tre år siden startede hun bloggen Frk. Kræsen, og kort efter fik hun sit eget radioprogram af samme navn. Linn har modtaget flere priser for sit initiativ.

Jacob Damgaard er autodidakt kok og arbejder med konceptudvikling og madrelaterede projekter i egen virksomhed. Jacob har et brændende ønske om at dele sin begejstring for mad med andre unge.

Yderligere information og kontakt

For bestilling af presse-eksemplarer, udvalgte opskrifter, interviewaftale med forfatterne samt pressefotos, kontakt venligst presseansvarlig Mette Wibeck Olsen på mette@strandbergpublishing.dk eller telefon **4075 3476**.



FAKTA

Titel: *Mad for begyndere*
52 opskrifter trin for trin

Omfang: 176 sider

Forfattere: Linn Grubbström & Jacob Damgaard

Foto: Linn Grubbström

Pris: 169,95 kr.

Udkommer: 20. august 2015

Forlag: Samvirke