

# STADIG KØKKEN- NYBEGYNDER?

SÅDAN LAVER DU NEM MAD – MED MERE GRØNT

De fleste ved godt, at grønt er godt. Men for køkken-nybegynderen kan det være en stor udfordring at få det grønne indslag med i madlavningen. Frk. Kræsen, der har hjulpet tusindvis af begyndere i gang i køkkenet, er nu klar til at lave almindelig og »realistisk« mad ud af grøntafdelingens mysterier. **Mad for begyndere – mere grønt** er ikke vegetarisk, men indeholder retter, hvor det grønne spiller hovedrollen, og hvor kødet er henvist til en birolle.

Bogen er inddelt efter årstiderne, så nybegynderen kan lære at lave mad efter sæsonen. Prøv fx gnocchi med ærter og timian i foråret, kartofler med basilikumcreme om sommeren, risotto med pære og selleri om efteråret eller bagt torsk med gulerod og apfelsin om vinteren. Eller hvad med en rødbedekage med frosting? Den må godt spises hele året!

Alle 63 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 – mere grønt* indeholder enkle, lette og hurtige retter, der kan laves af alle: Nybegyndere såvel som erfarne i køkkenet. Så hvis du selv er køkken-nybegynder eller kender én der er, så er det bare med at komme i gang!

## Om forfatterne

Linn Grubbström udgav i 2015 kogebogen *Mad for begyndere*, som blev en stor succes. Hun arbejder med opskriftsudvikling, madfotos og fødevarer kommunikation på sin egen madblog Frk. Kræsen og for danske virksomheder.

## Yderligere information og kontakt

For bestilling af presse-eksemplarer, udvalgte opskrifter og pressefotos samt interviewaftale med forfatteren, kontakt venligst presseansvarlig Mette Wibeck på [mette@strandbergpublishing.dk](mailto:mette@strandbergpublishing.dk) eller telefon **4075 3476**.



## FAKTA

**Titel:** *Mad for begyndere – mere grønt*

**Omfang:** 176 sider

**Forfatter:** Linn Grubbström

**Foto:** Linn Grubbström

**Pris:** 199,95 kr.

**Udkommer:** 25. august 2016

**Forlag:** Samvirke