



**Pressekontakt**

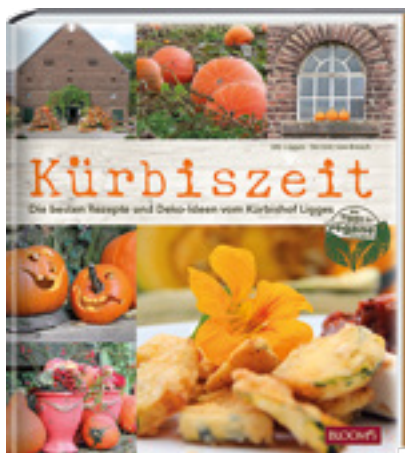
Ines Lamotke  
T +49 (0)2102 9644-26  
F +49 (0)2102 896076  
ila@blooms.de

**Verlagsanschrift**

BLOOM's GmbH  
Medien - Marketing - Events  
Am Potekamp 6  
D-40885 Ratingen  
T +49 (0)2102 9644-0  
F +49 (0)2102 896073

info@blooms.de  
www.blooms.de

## PRESSEINFORMATION



Ute Ligges, Kerstin von Broich:  
**Kürbiszeit – Die besten Rezepte und  
Deko-Ideen vom Kürbischhof Ligges**  
160 Seiten, Format 25 x 28 cm, Klappenbroschur  
ISBN 978-3-945429-87-7  
EUR [D] 16,90 / EUR [A] 17,40 / SFR [CH] 21,90

### Der Kürbis boomt

Selbst ernten und selbst kochen, umweltgerecht produzieren und regional anbauen liegen im Trend. Immer mehr Menschen ernähren sich bewusst, gesund und häufig fleischlos. Alle diese Faktoren erfüllt der Kürbis. Das ehemals fast vergessene und unbedeutende Gemüse avanciert zurzeit zum variantenreichen „In“-Gemüse in der modernen Küche.

Da erscheint das Buch der Expertin Ute Ligges gerade richtig. Die Landwirtin und Anbauerin von über 200 essbaren Kürbissorten hat darin ihr ganzes Wissen zusammengetragen. Die stimmungsvollen Bilder der Fotografin Kerstin von Broich nehmen den Leser mit durch ein abwechslungsreiches Kürbisjahr. Beginnend bei der Aussaat auf dem Feld bis zum Einfahren der Riesenbeeren, werden jede Menge Informationen für den eigenen Anbau, die Pflege, Ernte und Lagerung gegeben. Ein Kapitel widmet sich den besten Speisekürbissen, die genau beschrieben und abgebildet sind. Das macht Lust, die Vielfalt der unterschiedlichen Sorten und Geschmacksrichtungen selbst zu entdecken. Der Verwendung des Kürbisses in der Genussküche ist ein weiteres umfangreiches Kapitel gewidmet, es bietet eine Fülle an Rezepten und Anregungen zum einfachen Nachkochen. Die Gerichte sind allesamt raffiniert und schmackhaft, selbst Ungeübten gelingen sie leicht und auch Vegetarier und Veganer kommen auf ihre Kosten. Denn die meisten Rezepte sind fleischlos und 35 Alternativen auch für Veganer geeignet. >





**Pressekontakt**

Ines Lamotke

T +49 (0)2102 9644-26

F +49 (0)2102 896076

ila@blooms.de

**Verlagsanschrift**

BLOOM's GmbH

Medien - Marketing - Events

Am Potekamp 6

D-40885 Ratingen

T +49 (0)2102 9644-0

F +49 (0)2102 896073

info@blooms.de

www.blooms.de

Das Buch schließt Ideen zum Gestalten, Dekorieren und Halloween-Schnitzen mit ein, runden doch erst diese Möglichkeiten die vielseitige Einsetzbarkeit des Kürbisses als Multitalent ab.

Das Werk führt die beliebte Reihe der Koch- und Dekobücher aus dem BLOOM's-Verlag fort, die mit „Kochen und Dekorieren mit Wildpflanzen“ überaus erfolgreich startete und bereits mit beiden Bänden Bestseller hervorbrachte. Die stimmungsvolle gestalterische Handschrift, das aktuelle Thema, das im Zeitgeist der Entschleunigung und einer bewussten Lebens- und Ernährungsweise wieder gefragt ist, sowie die anregenden und informativen Ideen machen das Buch von Ute Ligges und Kerstin von Broich zu einem Must-have für alle Kürbisfans und die, die es noch werden wollen, in der schon bald wieder beginnenden Kürbis-Saison.

**Erfahren Sie:**

- wie variantenreich einsetzbar und gesund der Kürbis ist
- welches die leckersten Kürbisrezepte sind
- wie man den Kürbis anbaut
- welches die besten Speisesorten sind
- wie der Kürbis zur stimmungsvollen Dekoration wird
- welches die schönsten Schnitzideen sind

**Die Autoren:**



**Ute Ligges** ist Floristmeisterin und Landwirtin. Ihre Begeisterung für den Kürbis mit seinen vielfältigen Möglichkeiten entdeckte sie per Zufall. Heute baut sie mit ihrer Familie jährlich über 200 essbare Sorten an. Der Kürbishof Ligges ist weit über die westfälische Region hinaus bekannt und in der Kürbiszeit ein beliebtes Ausflugsziel.



**Kerstin von Broich** entdeckte bei ihrem Besuch des Kürbishofes Ligges vor vier Jahren ihre Liebe für dieses Gemüse und dokumentiert seitdem mit ihrer Kamera das gesamte Kürbisjahr von der Aussaat bis zur Ernte, von der kulinarischen Verwendung bis zu den unzähligen Dekorationsmöglichkeiten.

