

KATHARINA SEISER

HAMSTERKÜCHE



DER
REINERLÖS
GEHT AN DIE
Caritas

VEGETARISCHE REZEPTE ^{MIT}
ZUTATEN AUS DER SPEIS

Brandstätter 



Die **HAMSTERKÜCHE** ist ab 5. April auf allen Online-Plattformen des Buchhandels sowie auf www.brandstaetterverlag.com/buch/hamsterkueche erhältlich.

Der gesamte Reinerlös aus dem Verkauf kommt der Corona Nothilfe der Caritas Österreich zugute.

Caritas

Aus Liebe zu Mensch, Tier & Umwelt in Kooperation mit



KATHARINA SEISER

HAMSTER- KÜCHE

VEGETARISCHE REZEPTE MIT
ZUTATEN AUS DER SPEIS

Brandstätter 

**"ICH BIN ÜBERZEUGT: GERADE
AUCH EIN UNSICHTBARES VIRUS
KANN ALL DAS GUTE SICHTBAR
MACHEN, DAS IN UNS STECKT.
HELFEN SIE BITTE JENEN, DIE
JETZT IHRE HILFE BRAUCHEN.
GEMEINSAM SCHAFFEN WIR DAS!"**

PRÄSIDENT MICHAEL LANDAU

Caritas

WAS KOCHEN WIR HEUTE?

Noch nie haben sich diese Frage so viele Menschen in Österreich zugleich gestellt – stellen müssen, weil die meisten von uns zuhause sind. Wie lange noch, ist derzeit – Anfang April 2020 – ungewiss. Sicher ist aber, dass wir in Österreich in Krisenzeiten trotz typischen Suderns zusammenhalten. Dass wir uns den Humor nicht nehmen lassen. Und dass die Rezepte aus "Österreich vegetarisch" sicher schmecken. Das beweisen sie seit über 7 Jahren in der bereits 6. Auflage.

Weil Hamster am liebsten vegetarisch (fr)essen und wir zur Zeit lieber mit dem kochen sollten, was wir zuhause haben (oder ganz einfach ums Eck einkaufen können), habe ich 21 Lieblingsrezepte aus Österreich vegetarisch ausgesucht, die jetzt gut passen und garantiert gelingen. Damit das gemeinsame Kochen und Essen Freude macht.

Damit aber nicht nur wir satt werden, sondern auch die, denen es nicht so gut geht, haben wir beschlossen, den gesamten Erlös aus diesem spontan entstandenen E-Book (alle Beteiligten haben gratis dafür gearbeitet) der Corona Nothilfe der Caritas Österreich zu spenden.

Und weil mir persönlich Bio-Produkte seit Jahrzehnten wichtig sind und wir auch in Krisenzeiten auf Tierwohl und Umwelt achten sollten, indem wir Bio-Zutaten einkaufen, hilft uns Ja! Natürlich bei der Verbreitung der Hamsterküche. Gemeinsam sind wir nämlich immer stärker.

Viel Vergnügen mit
der Hamsterküche wünscht

KATHARINA SEISER