



Olivia Trombitas-Meissel

Unsere neue Familienküche
Frisch – Ideenreich – Lecker
Einfache Rezepte voller Genuss

Franz. Broschur
19 x 24,5 cm; 208 Seiten
ISBN 978-3-7088-0804-8
Kneipp Verlag Wien
€ 25,-

ET: 27. Januar 2021

**Essen als entspanntes Familienabenteuer
Mit dem Expertenwissen eines Kinderarztes und Papas**

Als Familie befindet man sich mitten in der Rushhour des Lebens. Frisches Essen auf den Familientisch zu bringen, ist für Eltern oftmals eine Herausforderung. Wie Essen nicht nur alle satt macht, sondern zum vergnüglichen Familienabenteuer wird, zeigt die dreifache Mama Olivia Trombitas-Meissel in **über 70 genussvollen Rezeptideen**. Alle mitten im trubeligen Familienalltag gekocht und ausgiebigst von großen und kleinen Menschen verkostet.

Unkomplizierte Tipps und Tricks aus dem Erfahrungsschatz einer Mama und Autorin zeigen, wie moderne Familienküche im Alltag einfach klappt – ob Frühstück, Snacks (zum Einpacken und Mitnehmen) oder die große Mahlzeit des Tages, die die ganze Familie um den Tisch versammelt. Dass diese vergnügliche neue Familienküche auch gesund sein kann, vermittelt uns Kinderarzt Dr. Mathias Meissel.

Über Umwege und nach jahrelanger Tätigkeit in Marketing und Kommunikation (für Babys und Kleinkinder) hat **Olivia Trombitas-Meissel** ihre kulinarische Berufung gefunden. Neben dem Familienmanagement und ihrer Tätigkeit als Autorin des Food- Familien-Blogs „More is Now“ (prämiert beim Austria Food Blog Award 2019) zelebriert die dreifache Mama das genussvolle Familienleben. Tagtäglich teilt sie ideenreich köstliche Rezepte mit ihrer Community und probiert laufend Neues aus. Für Olivia gibt es nichts Schöneres, als ihren Rezepten Geschichten einzuhauchen und andere Familien mit ihrer Lust am Essen und Kochen anzustecken.



© Lisi Lehner