

PRESSEINFORMATION

München, 14.10.2024

Lieblingssüßigkeiten vegan

Schokoriegel, Doppelkeks & Fruchtgummi selber machen

Wir alle kennen und lieben die süßen Naschereien, die uns an der Kasse im Supermarkt in Versuchung führen sollen: Schokoriegel und Fruchtgummis, Kekse und Pralinen. Für Menschen, die sich vegan ernähren und/oder auf Fertigprodukte verzichten möchten, ist jedoch Selbstbeherrschung angesagt – oder das neue Buch der französischen Köchin und Bloggerin „Perle en sucre“. Sie zeigt, wie sich all die beliebten Klassiker ganz einfach auch selbst herstellen lassen – und obendrein vegan. Mit weiteren Leckereien von Marmorkuchen bis Erdbeertörtchen, von Waffeln bis Vanillepudding deckt sie in „Lieblingssüßigkeiten vegan“ das ganze Spektrum herrlich-kulinarischer Kindheitserinnerungen ab.

Wer sich vegan ernährt, hat dies in der Regel nicht schon sein Leben lang getan, sondern sich irgendwann bewusst dafür entschieden. Viele Köstlichkeiten aus Kindertagen bleiben damit häufig dem Schwelgen in Erinnerungen vorbehalten, nicht zuletzt die süßen Sünden aus den Supermarktregalen, von Sahnepuddings über Doppelkekse bis hin zu diversen Schokoriegeln.

Köchin und Bloggerin Laurianne Pau, besser bekannt als „Perle en sucre“, hat es sich zur Aufgabe gemacht, diese kulinarischen Erinnerungen wieder in die Gegenwart zu holen. In ihrem Buch „Lieblingssüßigkeiten vegan“ zeigt sie, wie man bekannte und beliebte Naschereien auch selbst und ganz ohne tierische Produkte herstellen kann. Dabei legt sie besonders viel Wert darauf, dass alle Rezepte gut nachzuvollziehen und nachzumachen sind. Zu Beginn erklärt sie die wichtigsten Zutaten und Utensilien. Die Zutatenlisten der Rezepte sind meist überschaubar, die Zubereitung möglichst einfach gehalten. Wird es doch mal etwas anspruchsvoller, führen anschauliche Step-by-Step-Fotos durch die Herstellung. Angaben zum Schwierigkeitsgrad, zur benötigten Zeit, zur Aufbewahrung sowie zur Haltbarkeit bei jedem Rezept sorgen für eine schnelle Orientierung.

Mit ihrem Buch richtet sich Laurianne nicht nur an Veganerinnen und Veganer. Es geht ihr vor allem um bewussten Genuss und um eine Wertschätzung von Lebensmitteln und ihrer Herstellung. So dienen ihre Rezepte auch wunderbar als gemeinsame Beschäftigung mit Kindern, die ganz nebenbei lernen, wie sogenannte „Quengelware“ auch aus eigener Produktion schmecken kann. Und wer sich nicht vegan ernährt, kann die Rezepte ebenso gut mit tierischen Produkten zubereiten. In jedem Fall sind viele der Köstlichkeiten eine witzige Geschenkidee für Süßigkeiten-Fans. Als vegane Variante

Weitere Informationen und Bildmaterial können Sie gerne anfordern bei:

kommunikation.pur GmbH, Sarah Fischer, Sendlinger Straße 31, 80331 München

Telefon: +49.89.23 23 63 41, Fax: +49.89.23 23 63 51, E-Mail: stiebner@kommunikationpur.com

PRESSEINFORMATION

sind sie zudem eine tolle Alternative für Menschen mit Allergien bzw. Unverträglichkeiten gegen Milch und Ei.

Für manche Rezepte hat Laurianne lange experimentiert, um sie originalgetreu hinzubekommen, aber sie hat nicht aufgegeben und es hat sich gelohnt. „Lieblingssüßigkeiten vegan“ spielt das ganze Naschkatzen-Wunschkonzert von Schokoriegeln über Kuchen und Törtchen, Cremes und Puddings bis hin zu Keksen, Fruchtgummis und süßen Aufstrichen.

Über die Autorin:



Foto: © Guilhem Tinturier

Seit 2014 teilt Köchin **Laurianne Pau**, besser bekannt als „**Perle en sucre**“, ihre Leidenschaft für süße Rezepte in ihrem Blog und erreicht damit mittlerweile über 60.000 Follower auf Instagram (@perleensucre). 2017 beschloss sie, auf ausschließlich vegane Rezepte umzusteigen, um ihre Liebe zur Pâtisserie mit ihren Werten und mehr Nachhaltigkeit in Einklang zu bringen. Durch ihre Rezepte zeigt sie, dass veganes Backen keineswegs Einschränkungen bedeutet, sondern abwechslungsreich, innovativ und lecker ist.



Titel:

Lieblingssüßigkeiten vegan
Schokoriegel, Doppelkeks & Fruchtgummi selber machen

Autorin:

Perle en sucre

Verlag:

Stiebner Verlag

Bibliografische Daten:

ISBN 978-3-8307-1079-0

26,00 € [D] | 26,80 € [A]

160 Seiten, 21 x 26 cm, Hardcover

Oktober 2024

Weitere Informationen und Bildmaterial können Sie gerne anfordern bei:

kommunikation.pur GmbH, Sarah Fischer, Sendlinger Straße 31, 80331 München

Telefon: +49.89.23 23 63 41, Fax: +49.89.23 23 63 51, E-Mail: stiebner@kommunikationpur.com

PRESSEINFORMATION

REZEPT-AUSWAHL FÜR DIE PRESSE ZU LIEBLINGSSÜSSIGKEITEN VEGAN

NUTZUNGSBEDINGUNGEN

Es besteht eine **Abdruckgenehmigung** für **Buchcover**, **Autorenfoto** sowie **maximal drei Rezeptbilder**.

Voraussetzung: einmalige Nutzung in direktem Zusammenhang mit einer entsprechenden Buchvorstellung inklusive eines Hinweises auf Buchtitel (Lieblingssüßigkeiten vegan), Autorin (Perle en sucre), Fotografin (Perle en sucre) und Verlag (Stiebner Verlag) sowie einer Abbildung des Covers.

Rezeptbilder dürfen nur in Verbindung mit dem dazugehörigen Rezepttext veröffentlicht werden.

Bilder und Rezepttexte können Sie anfragen unter stiebner@kommunikationpur.com

Herzlichen Dank!



**Trinkjoghurt
(S. 26)**

©Perle en sucre



**Mousse au
Chocolat
(S. 28)**

©Perle en sucre



**Biskuitkekse mit
Himbeerfüllung
(S. 40)**

©Perle en sucre



**Spritzgebäck
(S. 57)**

©Perle en sucre



**Cookies
(S. 69)**

©Perle en sucre



**Churros
(S. 95)**

©Perle en sucre



**Financiers
(S. 112)**

©Perle en sucre



**Brownie
(S. 121)**

©Perle en sucre



**Spekulatiusaufstrich
(S. 132)**

©Perle en sucre



**Kokos-Schoko-
Riegel (S. 141)**

©Perle en sucre

Weitere Informationen und Bildmaterial können Sie gerne anfordern bei:

kommunikation.pur GmbH, Sarah Fischer, Sendlinger Straße 31, 80331 München

Telefon: +49.89.23 23 63 41, Fax: +49.89.23 23 63 51, E-Mail: stiebner@kommunikationpur.com

PRESSEINFORMATION

Über den Stiebner Verlag

Der familiengeführte Stiebner Verlag mit Sitz in München bringt mit viel Herz und Leidenschaft hochwertige Titel für ambitionierte Hobby- wie Profi-Kreative, für kochbegeisterte Genuss-Menschen sowie für Sport-Interessierte und Sport-Treibende heraus. Die Stiebner Verlag GmbH vereint die Marken Stiebner und Copress. Während man bei Stiebner Inspirierendes zu Handarbeiten, Kreativität, Kochen und Genießen findet, dreht sich bei Copress alles rund um die Themen Sport, Fitness und Abenteuer. Inhaltliche Tiefe und versierte Autorinnen und Autoren sind dabei die Ansprüche des Verlags, in dem sechs kreative Frauen von der Titelauswahl über die Herstellung bis hin zum Vertrieb das komplette Programm managen. Mit einer guten Nase für Trend-Themen, unbesetzte Nischen und besondere Persönlichkeiten veröffentlicht der Verlag nun bereits seit über 150 Jahren. Seine Ursprünge hat er in der Verlagsgruppe Bruckmann, die 1858 gegründet und in den 1960er-Jahren von Erhard D. Stiebner übernommen wurde, der in der Nachkriegszeit als Setzer für das Unternehmen tätig war. 1999 ging der Verlag an seinen Sohn, Jörg D. Stiebner, und aus der Verlagsgruppe Bruckmann entstand der Stiebner Verlag mit den beiden Imprints Stiebner und Copress. Seit Juli 2019 führt seine Tochter, Melanie Stiebner, das Familienunternehmen nun in dritter Generation.

<https://www.stiebner.com/>

Folgen Sie uns auf:



Weitere Informationen und Bildmaterial können Sie gerne anfordern bei:

kommunikation.pur GmbH, Sarah Fischer, Sendlinger Straße 31, 80331 München

Telefon: +49.89.23 23 63 41, Fax: +49.89.23 23 63 51, E-Mail: stiebner@kommunikationpur.com