



Beiträge und Rezensionen zum Buch

Farben essen

Heute koch ich Rot-Gelb-Grün

von Eva Derndorfer und Marlies Gruber

erschienen im Maudrich Verlag, September 2015

TV, Print & Online

1. **Genussmagazin (Heft 4/2016):** „Orangefarbenes Essen kann entzündungshemmend wirken, Rot gilt als gesundheitsfördernd und Grün soll den Geist beleben. Haben Sie jetzt auch Lust auf Kaspessknödel mit Bärlauch und grünem Wasabikäse? Auf Erdbeer-Mandel-Bruschetta, gelbe Kürbis-Erdnuss-Suppe oder lila Krautfleckerl? Über 40 Rezepte sowie spannende Einblicke in die sensorische und kulinarische Wirkung von Farben warten auf Sie.“
2. **FAZ (17.7.2016):** Gelb schmeckt fröhlich.
3. **Lebensart (8.4.2016):** Farbenspiele am Teller. Eva Derndorfer wird interviewt, und das Buch als Tipp gegeben.
4. **ORF, NÖ heute (21.3.2016):** Eva Derndorfer und Marlies Gruber kochen Bärlauch-Kaspessknödel und werden zu „Farben essen“ interviewt.
5. **Kronenzeitung (5.3.2016):** Essen nach Farben. Vier Rezepte aus dem Buch werden abgedruckt.
6. **Falstaff (Heft Dez 2015-Feb 2016):** „Dieses Kochbuch bringt Farbe in graue Wintertage (...) Das ist nicht nur ein besonders ästhetischer Zugang zum Kochen, es vermittelt auch Lebensfreude, wenn ein Thunfischtartar mit Trauben-Olivensalat leuchtend violett komponiert wird oder der selbst geschöpfte Karotten-Labne in einer Kürbis-Palatschinke gelb vom Teller lacht.“
7. **Falstaff.at:** Buchtipp: Farbenspiele auf dem Teller. „Eintönig sind die Rezepte im neuen Buch der beiden Ernährungswissenschaftlerinnen Eva Derndorfer und Marlies Gruber schon, aber keineswegs langweilig im ursprünglichen Wortsinn. Die Eintönigkeit bezieht sich in ‚Farben essen‘ vielmehr auf die Optik der Gerichte, denn sie sind, wie der Titel bereits vermuten lässt, alle in einem Farbton gehalten.“ Dazu als Vorgeschmack: das Rezept der Paprikaschaumsuppe.
8. **Kurier.at (21.11.2015):** Eine einzige Zutat macht den Unterschied. Werden die vertrauten Krautfleckerln plötzlich mit rotem Kraut statt weißem zubereitet, ändert das mehr, als man auf den ersten Blick glauben würde. (...) Violett wird etwa in der Farbpsychologie mit Extravaganz verbunden - und so können auch die bodenständigen, eher farblosen Krautfleckerln im Handumdrehen mit dem Hauch von Besonderem aufwarten.“
9. **Kurier (16.11.2015):** Bunte Buchtipps.
10. **DLG Lebensmittel (Heft 6/2015):** „Der monochrome Kochgenuss soll die Sinne schärfen, die Kreativität steigern und regionales in den Fokus rücken. Das Konzept ist so einfach wie überzeugend: Was farblich passte, kam in den Einkaufskorb und zuhause folgte das Brainstorming. Herausgekommen sind interessante Menükompositionen, die für erstaunliche Erkenntnisse über den Genuss von Lebensmitteln sorgen.“
11. **OÖ Nachrichten (3.11.2015):** Wie Lebensmittel mit kräftigen Farben auf die Gesundheit wirken und wie sie das Essvergnügen steigern, erklären zwei Ernährungswissenschaftlerinnen.“
12. **Die Presse (1.11.2015):** „Nach Farben essen ist in jedem Fall ein unterhaltsames Erlebnis (...)Der gebackene Himbeerschaum wird aber wohl nicht nur wegen der Farbe schmecken.“

13. **Kronen Zeitung (7.10.2015):** Buchtipp
14. **Buchhandelsmagazin:** „Das Buch umfasst 41 Rezepte, garniert mit anregenden Informationen über die Bedeutung von Farben aus biologischer, sensorischer und gesundheitlicher Sicht. (...) Es grünt also so grün bei gefüllten Salatherzen mit Avocadocreme, bei Wintersalat mit Mungobohnen und Stangensellerie oder Ravioli mit Erbsen-Minze-Füllung. Bei der extravaganten Farbe violett erfreuen Rezepte wie Kaiserschmarrn à la violett oder Rote-Rüben-Carpaccio den Gaumen und das Auge. Ein kulinarisch-sinnlicher Ausflug in die Welt der Farben! “
15. **Cooking Magazin:** „Egal ob mit Schwammerl, Kürbis und Maroni oder saisonalem Obst wie Birnen und Äpfel, die herbstliche Produktvielfalt erstrahlt oft in Gelb, Rot und Orange. (...) Die Kochuchautorinnen Eva Derndorfer und Marlies Gruber setzen noch eins drauf und kochen ganze Menüs in jeweils nur einer einzigen Farbe. (...) Vielleicht genau das Richtige für den nächsten verregneten Herbsttag?“