



### **BIOLEK**

Die Rezepte meines Lebens

Alfred Biolek

480 Seiten | zahlr. Farbfotos

21,0 x 26,0 cm | Hardcover mit Kupferschnitt und Leseband

€ 29,90 (D) | € 30,80 (A)

ISBN 978-3-96033-047-9

Blick ins Buch: <https://bit.ly/2KcOOv9>

**Erscheinungstermin: September 2018**

### Die Rezepte meines Lebens – Alfred Bioleks Küchenkladde in der Deluxe-Edition

Wiesbaden, September 2018. „Essen ist einer der schönsten Genüsse des Lebens“, sagt jemand, der es wissen muss: Alfred Biolek. Das legendäre Multitalent des deutschen Fernsehens und leidenschaftlicher Hobbykoch hat über Jahrzehnte seine Lieblingsrezepte gesammelt. In seiner von ihm liebevoll genannten Küchenkladde finden sich kleine und große Leckereien, Gerichte für Familie und Gäste, jede Menge Köstlichkeiten fürs Dessert, alle mit „Geling-Garantie“. Über 600 kreative Ideen – übersichtlich geordnet zwischen zwei festen Buchdeckeln – sind für Anfänger in der Küche genauso geeignet, wie für diejenigen, die schon lange den Kochlöffel schwingen.

Der Genuss-Botschafter hat die deutschen Speisezetteln mit seinen unkomplizierten, zugleich raffinierten Rezepten revolutioniert und einer Nation bereits vor Jahren gezeigt, was heute selbstverständlich ist – wie Pfeffer aus der Mühle, frisch geriebener Parmesan oder aber welche Geschmacksnuancen man mit Zesten, frischen Kräutern und Gewürzen erzielen kann. Genießen und Genuss, so die Maxime des studierten Juristen und TV-Profis, habe nichts mit Luxus zu tun. Qualität ist ihm allerdings wichtig, ganz genauso wie saisonale und regionale Produkte. Mindestens ebenso entscheidend findet Alfred Biolek, dass sich das meiste zügig und ohne größeren Aufwand zubereiten lässt, damit man nicht etwa aus Zeitmangel doch auf Convenience Food zurückgreift. Sein kulinarisches Lebenswerk ist nicht nur deshalb ein ganz besonderer Teil der deutschen Kochkultur und schlichtweg unverzichtbare Küchenlektüre.

Was hat den großen Meister der Unterhaltung am meisten in seinem „Küchenleben“ gereizt: der Blick in fremde Töpfe oder die Rezeptsammlung seiner Mutter? „Dabei mache ich keinen Unterschied. Traditionelle Rezepte lassen sich ganz wunderbar modern aufbereiten. Exotisches wiederum lässt sich hervorragend in Regionales integrieren. Mir ist in erster Linie wichtig, dass alles selbst in der kleinsten Küche nachgekocht werden kann!“

Was wünscht sich Alfred Biolek? „Dass ‚Die Rezepte meines Lebens‘ als das benutzt werden, wofür sie gedacht sind, zum Nachkochen. Dieses Buch ist ein Küchenbuch, kein Hochglanzexemplar nur zum Anschauen oder Hinstellen. Es darf Fettflecken und Eselsohren bekommen und – so hoffe ich – in Familien weitergereicht werden!“

---

#### **Pressekontakt**

Tre Torri Verlag GmbH  
Sonnenberger Straße 43  
D-65191 Wiesbaden  
[presse@tretorri.de](mailto:presse@tretorri.de)

Verlagshaus Wiesbaden  
Telefon: 0611 - 57 99 275  
Fax: 0611 - 50 55 842

#### **Alexander Stauch**

Büro München  
Telefon: 089 - 895 582 26  
Mobil: 0170 - 7688210  
[a.stauch@tretorri.de](mailto:a.stauch@tretorri.de)

## Über Alfred Biolek:

„Ich wollte Zirkusdirektor, Dirigent oder Priester werden (aber nicht wegen der Theologie, sondern wegen der Rituale). Und ich bin von allem etwas geworden.“ So äußerte sich Alfred Franz Maria Biolek, wie der promovierte Jurist und Honorarprofessor der Kölner Kunsthochschule für Medien mit vollem Namen heißt, einmal über sich selbst. Bekannt wurde er als erfolgreicher Entertainer, Fernsehkoch und Autor, Talkmaster und Fernsehproduzent. Der Eintritt in die glitzernde Fernsehwelt gelang dem Sohn eines renommierten Rechtsanwalts bereits Anfang der 1960er Jahre. Zunächst im Justitiariat des ZDF, bald darauf in der Redaktion und schließlich als Moderator und Leiter von Sendungen mit absolutem Kultcharakter. Neben all dem „Showbiz“ war ihm jedoch auch immer daran gelegen, Menschen zu helfen. So wurde „Bio“ als erster Deutscher zum UN-Sonderbotschafter für Weltbevölkerung berufen und engagierte sich für die Arbeit des American Field Service Deutschland. Im Jahr 2005 gründete er die „Alfred-Biolek-Stiftung Hilfe für Afrika“, für die der überzeugte Wahl-Kölner unbürokratisch Gutes tut.

