



Presse-Information

Björn Freitag: Mein WDR-Kochbuch



Björn Freitag
Mein WDR-Kochbuch
216 Seiten / Format 19,7 x 25,5 cm
€ [D] 24,99 / € [A] 25,70 / sFr 35,50
ISBN 978-3-89883-362-2
Erscheinungstermin: 11. März 2013

Der fest im Ruhrgebiet verwurzelte Restaurantbesitzer und sympathische Sternekoch ist ein bekanntes Gesicht im WDR Fernsehen: Mit Sendungen wie »daheim + unterwegs«, der »Servicezeit« und »Der Vorkoster« hat sich **Björn Freitag** einen Namen gemacht. Er begeistert sein Publikum mit kreativen, nachkochbaren Rezepten. In »**Mein WDR-Kochbuch**« stellt er 30 seiner Lieblingszutaten mit über 130 dazu passenden Rezepten aus seinen Sendungen vor.

Von Spargel und Spinat im Frühjahr bis Kürbis und Rote Bete im Herbst. Saisonalität und heimische, vor allem rheinische und westfälische Küche, stehen dabei im Mittelpunkt. Wie auch in den Sendungen gibt Björn Freitag zahlreiche Tipps und Tricks zu Einkauf, Lagerung und Verwendung der Lebensmittel und Oecotrophologin Anja Tanas liefert wertvolle Ernährungstipps dazu.

Der 1973 in Gelsenkirchen geborene **Björn Freitag** absolvierte seine Ausbildung im Schachener Hof in Lindau am Bodensee und kochte anschließend in Wiesbaden und Frankfurt am Main. Nach dem Tod des Vaters 1997 übernimmt Björn Freitag mit 23 Jahren dessen Restaurant »Goldener Anker« in Dorsten. Er verwandelt das eher ländliche münsteraner Landgasthaus in ein Sternerestaurant: Er krempelt die Speisekarte völlig um und wird dafür u.a. mit einem Michelin-Stern ausgezeichnet. Seit 2004 kocht er in der Livesendung »daheim + unterwegs«, seit 2009 für die »Servicezeit« und 2010 folgte die eigene Sendung »Der Vorkoster« im WDR. Neben seinen Aktivitäten im Fernsehen ist Björn Freitag außerdem Koch des Fußballklubs FC Schalke 04.