

LINDA ZERVAKIS

mit Elissavet Patrikiou

WENN ICH DAS KANN, KANNST DU DAS AUCH!

Meine persönliche
Rezeptsammlung

GRÄFE
UND
UNZER

**WENN ICH
DAS KANN,
KANNST DU
DAS AUCH!**



ÜBER UNS	8
GREEK STYLE MEETS HH	11
BESTES WEISSBROT	13
DATTELDIP ZUM WEISSBROT	16
MAMAS PITA	19
GRIECHISCHER KARTOFFELSALAT	29
WASSERMELONENSALAT	33
OMELETTE »GREEK STYLE« À LA COUSINE	34
KICHERERBSENEINTOPF	39
GIGANTES PLAKI – GEBACKENE BOHNEN IN TOMATENSAUCE	41
GRIECHISCHES HÄHNCHEN AUS DEM OFEN MIT KARTOFFELN	45

GRIECHENLAND TRIFFT ORIENT	48
MUHAMMARA – PAPRIKA-WALNUSSE-DIP	59
KUSA BIL THINEH – GEBACKENE ZUCCHINI MIT TAHINISAUCE	61
MAST-O KHIAR – IRANISCHER JOGHURTDIP	62
MIRZA GHASEMI – PERSISCHER AUBERGINENDIP	65
ASH-E RESHTEH – DICKE PERSISCHE NUDELSUPPE	67
GEFÜLLTE DATTELN	70
REZEPTE FÜR JEDEN TAG	73
CRUNCHY CASHEW-PESTO MIT BURRATA	75
SCHNELLE ERBSENCREMESUPPE	76
GOLDENER MÖHREN-KNOBLAUCH-REIS	79
ROTE-BETE-SALAT	81
COUSCOUS-SALAT MIT BERBERITZEN	82
KARTOFFELPUFFER	85
CURRYWURST	91
MEINE BOLO	95
KARTOFFEL / ZWIEBEL / APFEL	105
BIRNE / DOPPELRAHM / WALNUSSE	109
ALLES MIT TEIG	111
BESTER BUTTERKUCHEN	113
ZIMTSCHNECKEN	117
SUPERSAFTIGER APFELKUCHEN	121
BLITZSCHOKOKUCHEN	124
BRIOCHE MIT ORANGENMARMELADE	131
SAGANAKI »ELIS ART« – GEBACKENER FETA	136
REZEPTREGISTER	141
IMPRESSUM	144





UNSER ÜBER

Das hier ist ein Kochbuch. Ich muss es selbst in den Händen halten, damit ich es wirklich glauben kann.

Warum gerade ich ein Kochbuch gemacht habe? Darauf gibt es viele Antworten. Weil ich es hasse zu kochen, wäre meine erste Wahl. Weil mich viele Menschen – wie meine Co-Autorin Eli – immer wieder genötigt haben, ihre Rezepte nachzukochen, da sie ja so unglaublich einfach sind und so gut schmecken! Und ja, weil ich keine Hobbys habe. Ich bin Griechin! Das einzige, was einem Hobby nahe kommt, ist: gutes Essen!

Das ist tatsächlich eine meiner Lieblingsbeschäftigungen – essen. Am liebsten zusammen mit anderen Menschen. Das ist eines der größten Geschenke für mich – so viele gemeinsame Momente, die ihren Platz in meinem Herzen haben. Und allein dafür ist es sehr hilfreich, selbst kochen zu können. Das ist dann doch etwas anderes, als bestelltes Essen vom Lieferdienst in Alu-Schalen anzubieten.

Also habe ich begonnen, hinter dem Herd zu stehen. Nur um meiner Familie und meinen Freunden eine Freude zu machen. Die ersten Versuche haben allerdings keine große Euphorie ausgelöst (Eli O-Ton: »Das ist der schlechteste Nachtisch, den ich je gegessen habe! Was soll das überhaupt sein?«). Aber ich bin eine Kämpferin, lasse mich nicht so schnell unterkriegen – nur wegen ein paar Niederlagen!

Der Beginn meiner Kochkarriere: Eli und ich haben zusammen Zimtschnecken gegessen – die besten übrigens, die ich je gegessen habe. Danach habe ich die Zutaten, die ich rausgeschmeckt habe, besorgt und die Schnecken nachgebacken. Und ich kann sagen: Sie waren wirklich gut! Ich habe Eli ein Bild davon geschickt. Und das war's dann, der Anfang vom Ende, die Messlatte an meine Küchenkünste schnellte ins Unermessliche!

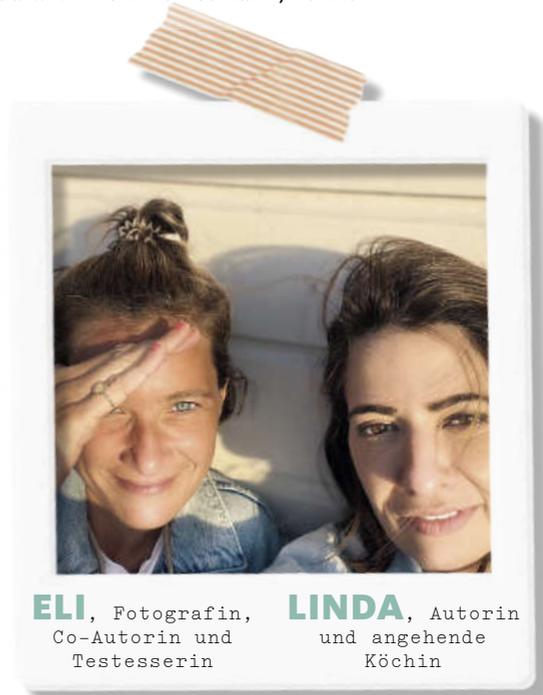
»Ich kann nicht kochen«, das zählte nicht mehr nach diesem einen perfekten Zimtschnecken-Hefeteig (warum auch immer er so gut gelungen war!).

Also nahm ich mir eine Handvoll Rezepte vor, die ich mit der Zeit perfektionierte, bis es jedem schmeckte. Dabei bekam ich Unterstützung von Freunden, mit denen ich zusammen kochte und die ihre liebsten Rezepte mit mir geteilt haben. So entstanden noch mehr Gerichte, die ich nachkochen konnte.

Und da sind sie jetzt. Für euch. Von Herzen. Und für mich zum Nachlesen. Und denkt daran: »Wenn ich es kann, könnt ihr das auch!«

Kali orexi. Guten Appetit.

Eure Linda



Co-Autorin Eli: Dem ist nichts mehr hinzuzufügen. Ich kann bestätigen: Jedes Wort entspricht der Wahrheit und nichts als der Wahrheit. Und ich kann euch versichern: Ich habe jedes Gericht persönlich getestet. Ja, ich war teilweise wirklich überrascht (is so!), es schmeckte alles grandios! Vieles davon habe ich schon selbst nachgekocht – und nach dem Essen in sehr glückliche Gesichter geschaut.

Essen dient nicht nur der Nahrungsaufnahme: Es ist Liebe.

Eure Eli

GREEK STYLE MEETS PIPI



Hamburg ist meine Heimat, aber
Griechenland trage ich immer im
Herzen. Ich liebe die Menschen, die
Mentalität - und dazu gehört ganz
eindeutig das Essen! Die Küche ist
so vielfältig und alleine der Duft
versetzt mich in Urlaubsstimmung:
irgendwie immer ein bisschen Meer
und Sonne, egal wo auf der Welt und
zu jeder Jahreszeit. Guten Appetit!
Καλή όρεξη!





REZEPT VON Mama
ERGIBT 12 Stücke
ZUBEREITUNG 1 Std.
BACKEN 30 Min.

UNBEDINGT AUSPROBIEREN, WEIL ...

Pita ist ein Heiligtum in jeder griechischen Familie. Das Besondere daran: Der Teig wird selbst hergestellt und hauchdünn ausgerollt – Ehrensache und eine Kunst für sich. Dazu braucht man etwas Übung, aber der Genuss einer selbstgemachten Pita ist unvergleichlich. Jede griechische Mama hat ihr Geheimrezept, das beste ist natürlich von meiner.

Mamas PITA

FÜR DEN TEIG

300 g Mehl (Type 550)
1 TL Salz

FÜR DIE FÜLLUNG

400 g Schafskäse (Feta)
2 Eier (M)
130 ml Milch

AUSSERDEM

ca. 200 g Mehl (Type 550)
zum Ausrollen
tiefes Backblech
ca. 200 ml Olivenöl zum
Bestreichen

- Für den Teig das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Salz und 150 ml lauwarmes Wasser in die Mulde geben. Alles mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Der Teig darf nicht mehr an den Händen kleben, aber auch nicht zu trocken sein, sodass man ihn gut ausrollen kann. Bei Bedarf noch etwas Mehl oder lauwarmes Wasser hinzufügen.
- Den Teig zu einer Rolle formen und diese in sieben gleich große Stücke teilen. Die Stücke zu Kugeln formen. Die Arbeitsplatte mit Mehl bestäuben und die Kugeln nacheinander zu sehr dünnen, leicht durchscheinenden Teigblättern von mindestens Backblechgröße ausrollen (s. auch Tipp). Das geht am besten mit einem Oklava, also einem langen Teigroller mit kleinem Durchmesser. Die fertigen Teigblätter jeweils locker zusammenfallen und beiseitelegen.
- Für die Füllung den Feta in eine Schüssel bröseln und mit den Eiern und der Milch verrühren. 4 EL Feta-Eier-Masse beiseitestellen.





- Den Backofen auf 180° vorheizen. Das Backblech mit Olivenöl einstreichen. Ein Teigblatt auf das Blech legen und mit Olivenöl bestreichen. Drei weitere Teigblätter darauflegen und jeweils mit Olivenöl bestreichen. Die Teigblätter an den Ecken etwas zusammendrücken, sodass sie sich gut an die Form anpassen.
- Die Hälfte der Füllung auf dem Teig verteilen. Ein weiteres Teigblatt darauflegen und mit Olivenöl bestreichen, überstehende Seiten nach oben einschlagen. Die restliche Füllung darauf verteilen. Die beiden letzten Teigblätter darauflegen, jeweils mit Olivenöl bestreichen und die überstehenden Seiten ebenfalls nach oben einschlagen.
- Die Pita im Ofen (Mitte) 15 Min. backen, bis sie leicht Farbe bekommt. Die Oberfläche mit einer Gabel mehrmals einstechen und mit der übrigen Feta-Eier-Masse bestreichen. Die Pita im Ofen (Mitte) in weiteren 15 Min. goldbraun backen. Meine Mutter hebt gegen Ende der Backzeit die Pita leicht an: Wenn der Boden goldgelb und leicht knusprig ist, ist die Pita perfekt.

Das Ausrollen des Teigs ist eine Kunst für sich. Ich habe sehr großen Respekt davor. Aber Übung macht den Meister. Und man muss keine Angst vor missglückten Teigblättern haben: Man knetet sie einfach zusammen und rollt sie erneut aus. Ein Tipp von meiner Mama: Die Arbeitsfläche mit ausreichend Mehl bestäuben, damit der Teig nicht kleben bleibt. Die Teigblätter beim Ausrollen immer wieder wenden, damit man sie von allen Seiten bearbeiten kann. So werden sie gleichmäßig dünn.





Η μητέρα μου

MEINE MUTTER

»Ein kleines griechisches Dorf. Vor über 80 Jahren. Alles war geordnet und die Rollen im Leben vorbestimmt. Nur in meiner Familie war alles verdreht. Mein Vater war ein großartiger Koch und Gastgeber. Und ich wollte Schauspielerin werden!

Die Liebe zu gutem Essen habe ich von meinem Vater. Das Kochen von meinem Mann. Wie es das Schicksal wollte: Gerade ich habe mir einen Mann ausgesucht, der gelernter Koch war. Noch heute muss ich darüber schmunzeln. Damit schloss sich der Kreis aus meiner Kindheit: Die Männer stehen am Herd. Für eine Frau mit meinem kulturellen Hintergrund war das so nicht vorgesehen. Aber in meinem Leben war nichts, wie es hätte sein sollen. Und das ist am Ende auch gut so!«

»Das Kochen habe
ich von meinem
Mann gelernt.«

»Der Traum meines Lebens? Meine Schwestern liebten den Gedanken, Hausfrau und Mutter zu werden. Ich nicht. Mein Leben nur in den eigenen vier Wänden, in der Küche zu verbringen? Nein! Ich wollte die Welt entdecken, andere Sprachen lernen, Eindrücke und Erlebnisse außerhalb der Grenzen unseres Heimatdorfs sammeln. Ich liebte es, mir Geschichten auszudenken und in verschiedene Rollen zu schlüpfen – angeregt von dem, was ich in den Büchern meines Vaters las. Unsere Regale waren voll davon! Ich wusste immer: Es gibt noch so viel mehr da draußen.«







Ich liebe Pita ganz frisch aus dem Ofen – der erste warme Bissen, knuspriger Teig und die würzige Füllung, die im Mund zergeht. Aber natürlich schmeckt Pita kalt ebenfalls ganz fantastisch.

Pita ist auch ein tolles Mitbringsel, wenn man eingeladen ist.

REZEPT VON meiner Cousine
ERGIBT 4 Portionen
ZUBEREITUNG 5 Min.
BRATEN 15 Min.

UNBEDINGT AUSPROBIEREN, WEIL ...

Griechisches Frühstück bedeutet meistens einen »Ellinikos«, einen Mokka, und dazu ein paar Kekse. Aber am Wochenende darf es ruhig etwas mehr sein – bei meiner Cousine gibt es immer Omelette. Das Besondere an diesem Rezept ist Feta, der in der heißen Pfanne schmilzt. Das ist die perfekte Kombination mit Ei.

OMELETTE »GREEK STYLE« à la Cousine

200 g Kirschtomaten
6 EL Olivenöl
4 EL Mineralwasser
8 Eier (M)
Salz
Pfeffer
200 g Schafskäse (Feta)
getrockneter Oregano zum
Bestreuen

- Die Tomaten waschen und halbieren. In einer beschichteten Pfanne (ca. 28 cm Ø) 3 EL Olivenöl erhitzen. Die Hälfte der Tomaten hineingeben und bei kleiner Hitze 4 Min. andünsten.
- 2 EL Mineralwasser angießen, 4 Eier hineinschlagen, Salz und Pfeffer dazugeben und alles miteinander verquirlen. Die Eier bei mittlerer Hitze stocken lassen, dabei darauf achten, dass die Tomaten einigermaßen gleichmäßig verteilt sind.
- Den Feta in kleine Stücke schneiden, auf der gestockten Eimasse verteilen und leicht schmelzen lassen. Das Omelette mit Oregano bestreuen und in der Pfanne servieren oder in Stücke schneiden und auf Teller verteilen. Aus den restlichen Zutaten auf die gleiche Weise ein weiteres Omelette backen.

Wer mag, kann noch gehackte glatte Petersilie oder rote Zwiebelwürfel ins Omelette geben. Beides am besten gleich mit den Tomaten andünsten. Für das Omelette nehme ich am liebsten eine Crêpe-Pfanne oder eine andere flache Pfanne, damit geht es am einfachsten.





Picknick mit Freunden

Eine Decke,
leckeres Essen und
gute »Parea« (Gesellschaft)
= GLÜCK



MIT MICHALIS PANTELOURIS
(griechischer geht's nicht)



GRIECHENLAND
TRIFFT
ORIENT



Es gibt sehr viele Gemeinsamkeiten, aber mit die wichtigsten sind: Musik, die Art zu tanzen und natürlich das Essen! Viele kleine Vorspeisen kommen auf den Tisch, alles wird geteilt und immer wieder nachgefüllt – stundenlang. In Griechenland heißt diese Vorspeisenvielfalt Meze. Das Wort stammt vom persischen »Mazze«, »Geschmack«. Und so schließt sich der Kreis.

REZEPT VON Monty
ERGIBT 4 Portionen
ZUBEREITUNG 40 Min.

UNBEDINGT AUSPROBIEREN, WEIL ...
Dieses kräuterstrotzende Suppen-
Highlight steckt voller Vitamine
und sättigt. Kurz: Es macht
einfach glücklich.

Ash-e Reshteh

DICKE PERSISCHE NUDELSUPPE

- In einem großen Topf 1,5 l Wasser zum Kochen bringen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken.
 - Die Nudeln in das kochende Wasser geben. Nach ein paar Minuten die abgetropften Kichererbsen, Kidneybohnen sowie Linsen unterrühren und salzen. Die Kräuter untermischen und alles 15 Min. köcheln lassen.
 - Inzwischen die Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun braten. Den Kurkuma darüberstreuen und kurz mitrösten. Die getrocknete und die frische Minze unterrühren.
 - Das Kashk zu der Nudelmischung geben, gut durchrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe ca. 15 Min. köcheln lassen, bis die Nudeln weich sind.
 - Die Suppe in tiefe Teller füllen und die Zwiebel-Minze-Mischung darauf verteilen.
- 1 kg Kräuter (zu gleichen Teilen gemischt, z. B. glatte Petersilie, Koriandergrün, Spinat, Schnittlauch, Dill)
200 g Reshteh-Nudeln (Orient-Supermarkt oder online)
250 g gekochte Kichererbsen (selbst gekocht oder Dose)
250 g gekochte Kidneybohnen (selbst gekocht oder Dose)
200 g gekochte grüne Linsen (selbst gekocht oder Dose)
Salz
2 große Zwiebeln
5 EL Öl
2 TL gemahlene Kurkuma
1 EL getrocknete Minze
6 EL fein gehackte Minze
1 EL Kashk (Orient-Supermarkt oder online)
Pfeffer



• Eine gute Ash-e Reshteh muss so
• dick sein, dass ein Löffel drin
• steckenbleibt. Und es dürfen nur
• die besten Zutaten rein: Jede
• Menge frische Kräuter, Hülsen-
• früchte und Reshteh-Nudeln sind
• die Basis.

REZEPT VON Monty
ERGIBT 4 Portionen
ZUBEREITUNG 15 Min.

UNBEDINGT AUSPROBIEREN, WEIL ...
Datteln sind das »süße Brot der Wüste« – ein schneller, gesunder Nachtisch zum Mokka oder einfach ein Snack für zwischendurch.

GEFÜLLTE DATTELN

16 Datteln (Mazafati oder Medjool)
16 Walnusskerne
Puderzucker zum Bestäuben

Wer mag, kann die Datteln vor dem Servieren statt mit Puderzucker auch mit ganz fein gemahlenden Pistazien oder Kokosraspeln bestreuen.

- Die Datteln seitlich etwas einschneiden und die Kerne entfernen. Die Früchte mit den Fingern vorsichtig etwas auseinanderrücken, mit je 1 Walnusskern füllen und wieder zusammendrücken.
- Die gefüllten Datteln auf einer Platte anrichten und mit Puderzucker bestäubt servieren.



REZEPT VON mir
ERGIBT 4 Portionen
ZUBEREITUNG 15 Min.
KOCHEN 20 Min.

UNBEDINGT AUSPROBIEREN, WEIL ...

Dieser Reis macht was her – optisch sowieso, aber auch geschmacklich, weil er in guter Begleitung ist: Haselnüsse, Kreuzkümmel und Koriander sind seine besten Buddies.

Goldener MÖHREN- KNOBLAUCH-REIS

3 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
8 große Möhren
6 EL Olivenöl
2 EL gemahlener Kreuzkümmel
Salz

Pfeffer
350 g Basmatireis
70 g Haselnusskerne
2 Bio-Zitronen
1 Handvoll Koriandergrün

- Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein würfeln. Die Möhren putzen, waschen und fein raspeln – das geht am schnellsten mit der Küchenmaschine, aber natürlich auch von Hand auf einer Gemüsereibe.
- Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, den Kreuzkümmel darin kurz anrösten. Die Zwiebeln dazugeben und andünsten. Knoblauch und Möhren ein paar Minuten mitdünsten, mit Salz und Pfeffer würzen.
- Den Reis untermischen und ein paar Minuten erhitzen. 600 ml Wasser angießen und alles zugedeckt ca. 20 Min. köcheln lassen. Dabei gelegentlich umrühren und bei Bedarf noch etwas Wasser hinzufügen.
- In der Zwischenzeit die Haselnüsse in einer Pfanne ohne Öl kurz rösten. Herausnehmen und grob hacken.
- Die Zitronen heiß waschen und trocken tupfen, von 1 Zitrone die Schale fein abreiben, die andere in Spalten schneiden. Den Koriander waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken.
- Den Reis mit der Zitronenschale mischen, auf Teller verteilen, Haselnüsse und Koriander darüberstreuen. Den Möhrenreis mit den Zitronenspalten servieren.

Dazu passt perfekt griechischer Joghurt – darübergeträufelt oder separat dazu serviert.





REZEPT VON mir
ERGIBT ca. 16 Stück
ZUBEREITUNG 40 Min.
GEHEN 1 Std. 10 Min.
BACKEN 17 Min.

UNBEDINGT AUSPROBIEREN, WEIL ...
Luftiger Hefeteig, mit
Butter bestrichen und
mit einer Zucker-Zimt-
Mischung gebacken ... Schon
beim Gedanken daran läuft
mir das Wasser im Mund
zusammen!

ZIMTSCHNECKEN

- Für den Teig die Milch lauwarm erhitzen. Die Butter schmelzen und abkühlen lassen. Milch, Zucker und zerkrümelte Hefe in einer großen Schüssel mischen. Butter, Ei, 1 Prise Salz sowie die Hälfte des Mehls dazugeben und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts verrühren. Dann das restliche Mehl unterkneten. Den Teig auf der Arbeitsplatte mit den Händen weiter kneten, bis er schön glatt ist.
- Den Teig zu einer Kugel formen und in der Schüssel zugedeckt bei Zimmertemperatur ca. 1 Std. gehen lassen, bis er sein Volumen ungefähr verdoppelt hat.
- Inzwischen für die Füllung die Butter in Scheiben schneiden und weich werden lassen. Das Backblech mit Backpapier belegen.
- Den Teig mit den Händen durchkneten und auf der bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck von ca. 50 × 60 cm ausrollen, dabei den Teig ebenfalls mit Mehl bestäuben, damit er nicht an der Rolle klebt.
- Den Teig mit der weichen Butter bestreichen – das geht am besten mit einem großen Messer. Zucker und Zimt mischen und auf den Teig streuen. Den Teig von der schmalen Seite her aufrollen. Die Rolle in 3 cm dicke Stücke schneiden.

FÜR DEN TEIG

300 ml Milch
65 g Zucker
½ Würfel frische Hefe (21 g)
75 g zerlassene Butter
1 Ei (M)
Salz
530 g Mehl

FÜR DIE FÜLLUNG

65 g Butter
40 g Zucker
2 TL Zimtpulver

AUSSERDEM

Backblech
1 Eigelb (M)
4 EL Milch
Puderzucker zum Bestäuben



Meine ersten Zimtschnecken waren noch nicht so perfekt in Form, aber geschmeckt haben sie trotzdem. Mit etwas Übung sehen sie dann schon richtig toll aus, meistens jedenfalls ... Nur keine Angst, sage ich mir auch jedes Mal, das funktioniert!

- Die Schnecken mit etwas Abstand auf das Backblech legen und zugedeckt ca. 10 Min. ruhen lassen, bis sie etwas aufgegangen sind.
- Den Backofen auf 170° vorheizen. Das Eigelb mit der Milch verrühren und die Schnecken damit bestreichen. Die Zimtschnecken im Ofen (Mitte) in ca. 17 Min. goldbraun backen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäubt servieren.



IMPRESSUM

© 2022 GRÄFE UND UNZER
VERLAG GmbH, Postfach
860366, 81630 München

GRÄFE
UND
UNZER

Gräfe und Unzer ist eine ein-
getragene Marke der GRÄFE
UND UNZER VERLAG GmbH,
www.gu.de

ISBN 978-3-8338-8232-6
1. Auflage 2022

Alle Rechte vorbehalten.
Nachdruck, auch auszugs-
weise, sowie Verbreitung
durch Bild, Funk, Fernsehen
und Internet, durch foto-
mechanische Wiedergabe,
Tonträger und Datenver-
arbeitungssysteme jeder Art
nur mit schriftlicher Geneh-
migung des Verlages.

Projektleitung: Sabine Sälzer,
Vanessa Lotz
Lektorat: Gerti Köhn
Korrektorat: Anne-Sophie
Zähringer
Layout: die basis, Wies-
baden, www.die-basis.de
Umschlaggestaltung: ki 36,
Editorial Design, München,
Sabine Krohberger
Herstellung: Petra Roth
Satz: die basis, Wiesbaden;
Gerti Köhn
Reproduktion: Longo AG,
Bozen
Druck und Bindung: Firmen-
gruppe APPL, aprinta druck,
Wemding

Die Autorin

Linda Zervakis ist Hambur-
gerin mit griechischen Wur-
zeln. Nach dem Abitur arbei-
tete sie als Werbetexterin
bei der renommierten Agen-
tur BBDO. 2001 wechselte
sie zum NDR (Norddeut-
scher Rundfunk), wo sie als
Redakteurin und Nachrich-
tensprecherin tätig war. 2013
wurde sie eines der Gesich-
ter für die Hauptausgabe der
Tagesschau, der wichtigsten
und ältesten Nachrichten-
sendung Deutschlands. In
der Zwischenzeit schrieb sie
zwei Bestseller und startete
2020 ihren Spotify Original
Podcast »Gute Deutsche«.
Im April 2021 wechselte sie
zum privaten Sender Pro7,
wo sie neben ihrer eigenen
Infotainment-Show auch
eines der drei TV-Trielle wäh-
rend des Bundestagswahl-
kampfes 2021 moderierte.
Linda Zervakis arbeitet als
Journalistin, Moderatorin,
Autorin und Podcasterin.

Die Co-Autorin und Fotografin

Elissavet Patrikiou ist Wahl-
Hamburgerin mit griechi-
schen Wurzeln und arbeitet
seit über 25 Jahren als freie
Fotografin und Autorin. Ihre
Schwerpunkte liegen im
Bereich Kochbücher und
Reportage. Für ihre Arbeiten
hat sie bereits mehrere Aus-

zeichnungen erhalten. Ihre
Kreativität und einzigartige
Bildsprache speist sie aus
ihrer Empathie für Men-
schen, aus einem untrüg-
lichen Blick für das Schöne
und aus dem Willen, Blei-
bendes zu schaffen.

Umwelthinweis:

Nachhaltigkeit ist uns sehr
wichtig. Der Rohstoff Papier
ist in der Buchproduktion
hierfür von entscheidender
Bedeutung. Daher ist dieses
Buch auf PEFC-zertifiziertem
Papier gedruckt. PEFC ga-
rantiert, dass ökologische,
soziale und ökonomische As-
pekte in der Verarbeitung-
kette unabhängig überwacht
werden und lückenlos nach-
vollziehbar sind.

Bildnachweis:

alle Fotos: Elissavet Patrikiou
Grafik-Elemente:
rawpixel.com
Syndication:
www.seasons.agency

Die GU-Homepage finden
Sie unter www.gu.de

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE

DIESES BUCH IST ECHT. UND WIRKLICH SO PASSIERT!

Linda Zervakis stellt zu Beginn der Pandemie fest:

»Ich kann vieles, außer Kochen«. Und sie beschließt, das zu ändern. Zusammen mit ihrer Freundin Eli lässt sich Linda auf das Abenteuer ein und bittet prominente und nicht-prominente Freunde und Experten um Hilfe.

Wie sie Freundschaft schloss mit Töpfen und Pfannen, welche Rezeptideen und Tipps ihr halfen – und wie all dies zu köstlichen Gerichten führte, erzählt sie direkt aus der Küche und mit einer großen Prise Herz.



WG 450 Essen
ISBN 978-3-8338-8232-6



9 783833 882326

€ 19,99 [D]