

BORA Kochbücher bringen die Alltagsküche in Schwung

BORA steht dafür, den Lebensraum Küche zu revolutionieren, mit außergewöhnlichen Produkten für außergewöhnliche Erlebnisse – passend zur Unternehmensmission inspiriert BORA mit zwei neuen Kochbüchern die tägliche Zubereitung gesunder Nahrung. Die Bände „365 Tage“ mit einfachen leckeren Rezepten und „Knusprig. Zart. Saftig.“ für leichtes Kochen mit dem BORA X BO Profi-Dampfbackofen liefern genussvolle Anregungen. Egal ob kleine Gerichte, Vorspeisen, Hauptspeisen oder Desserts – es geht um die pure Freude am Kochen. Deshalb war bei der Kreation der abwechslungsreichen Rezepte deren Alltagsnähe auch eines der wichtigsten Kriterien.



Gesunde Alltagsküche, einfach zubereitet – für mehr Freude am täglichen Kochen. Das BORA Kochbuch „365 Tage“ für Fans der frischen, unkomplizierten Küche enthält mehr als 90 Rezepte und viele Expertentipps für gesunde Ernährung. Foto: BORA

„365 Tage. Alltagsrezepte – gesund und einfach“: Das Kochbuch für jeden Tag

„365 Tage“ versammelt rund 90 Rezepte der europäischen Kochkunst – kleine Gerichte, Vorspeisen, Haupt- und Nachspeisen aus Deutschland, Spanien, Frankreich, Italien, England und den Niederlanden. Dabei gehört es zum Selbstverständnis von BORA, Hersteller von Premium-Kücheneinbaugeräten, dass viele der Rezepte auf Ernährungsrichtlinien basieren, die das Unternehmen im Rahmen seines Sponsoringengagements für das Radsport-Team BORA – hansgrohe definiert hat.

Es kann eine Herausforderung sein, jeden Tag frisch und gesund zu kochen. Irgendwann gehen jedem die Ideen für schnell umsetzbare, einfache Rezepte aus. „365 Tage. Alltagsrezepte – gesund und einfach“ ist ein Kochbuch, das bei BORA in Zusammenarbeit mit dem Gräfe und Unzer Verlag entstanden ist und hier eine Vielzahl von Impulsen setzt. Es ist inhaltlich nicht geknüpft an die Nutzung eines BORA Kochfeldabzugssystems und somit für jeden geeignet, der Ideen zu gesunder Ernährung schätzt.

BORA Experten – unter anderem Kochbuchautorin Bettina Matthaei und BORA Köche wie Luigi Cassago, Jaime Seva, Henk van den Born oder Pâtissier Werner Raith – haben viele Klassiker mit kulinarischem Feingespür und Enthusiasmus zeitgemäß interpretiert. Alle Gerichte haben eines gemeinsam: sie versprechen abwechslungs- und nährstoffreichen sowie ausgewogenen Genuss ohne viel Aufwand. Raffinierte und bodenständige Küche oder auch ungewohnte Geschmackskombinationen sind zu entdecken und erwecken neue Lust auf eine europäische Küche, die jedem gelingt. Mit diesen Rezepten wird moderne Alltagsküche zum kulinarischen Vergnügen.

Den Auftakt eines jeden Rezepts bildet eine kurze kulturelle oder kulinarische Einordnung des Gerichts oder der Zutaten. „Porridge à la Bircher“ oder „Schinkenbrot mit schnellem Mango-Chutney“ lauten die Köstlichkeiten im Kapitel „Kleine Gerichte“, die den gesunden Start in den Tag garantieren oder auch als Zwischenmahlzeiten gute Energie liefern. Bei den Vorspeisen bringt das Kochbuch beispielsweise „Holländische Senfsuppe mit Stremellachs“ oder „Saltimbocca mit Dorade“ auf den Tisch. Auch wenn die Rezepte raffiniert klingen – „Pizza Bianca mit Schwarzkohl und Rosinen“ oder „Poké mit Pilzbällchen“ – das Werk verlangt keine Chefkoch-Ambitionen, um leckere Hauptgerichte zuzubereiten. Und auch die sorgfältig kuratierten Nachspeisen – wie spanischer Flan, Calvados-Tarte oder Dampfnudeln mit Mohn – sind nicht nur garantiert machbar, sondern glänzen als wahre Seelenschmeichler.

Neben den Rezepten präsentiert das Kochbuch mit den großformatigen Food & Table Bildern viele zusätzliche Inspirationen. Angefangen bei informativem Basis- und Küchenwissen rund um die gesunde Ernährung: Robert Gorgos etwa, Ernährungswissenschaftler und Ernährungsberater des Radsport-Teams BORA - hansgrohe, teilt spannende Warenkunde und gibt zahlreiche praktische Tipps.

Themen wie „Einkaufen für den gesunden Alltag“ beschreiben unkompliziert und in kurzen Abschnitten, welche Lebensmittel im Alltag nicht fehlen sollten und warum. Auch Kapitel zum Kochen mit Kräutern und Gewürzen, Kochen auf Vorrat, zu Geschmack & Geschmacks pairing oder dem Zubereiten gesunder Snacks zeigen den praxisorientierten Nutzen des Buches.

Dabei ist „365 Tage“ kein Kochbuch der starren Vorgaben. Es zeigt Möglichkeiten auf und will einladen, eine Prise der eigenen Experimentierfreude einzubringen, um Gerichte nach persönlichem Geschmack und individuellen Bedürfnissen zu variieren. Viele Rezepte werden daher mit Extra-Tipps zu vegetarischen Alternativen und saisonalen Austauschprodukten abgerundet: So kommen immer die passenden und frischen Produkte auf den Tisch. Das Auge isst bekanntlich mit – daher sind die Rezepte zusammen mit hochwertigen Fotos der fertigen Gerichte inszeniert, die alle im hauseigenen Fotostudio von BORA entstanden sind. Der Titel ist bewusst gewählt – „365 Tage“ nimmt man jeden Tag gern zur Hand: Ob ein „Omelett mit Kirschtomaten, Feta und Basilikum“ oder „Zitronen-Linguine mit Burrata“ – auch nach einem langen Arbeitstag findet sich hier noch die schnelle, gesunde und einfache Genussidee.

Das Buch ist für € 29 online im BORA eShop unter shop.bora.com und bei den BORA Partnern des Küchenfachhandels erhältlich.

Sie möchten durchblättern? Hier finden Sie einige Rezepte. [Auszug aus dem Kochbuch als pdf]

Steckbrief

365 Tage – Alltagsrezepte – gesund und einfach

- Erschienen im Gräfe und Unzer Verlag
- Format: 23 x 26 cm
- Umfang: 224 Seiten
- Inhalt: mehr als 90 Rezepte
- ISBN DE 978-3-8338-9082-6
- UVP €29,00
- Bestellbar im BORA eShop unter shop.bora.com oder live durchsehen beim BORA Partner im Küchenfachhandel



Gebratener Kabeljau mit Kirschtomaten und Bohnenmus



Zitronen-Linguine mit Burrata



Leichte Mousse au Chocolat

Fotos: BORA

„Knusprig. Zart. Saftig.“ – Lieblingsgerichte aus dem Dampfbackofen BORA X BO

Allein der Titel weckt Gaumenfreuden: „Knusprig. Zart. Saftig.“ ist ein Kochbuch mit alltagstauglichen, gesunden Rezepten, die speziell fürs Kochen mit dem Profi-Dampfbackofen BORA X BO zusammengestellt sind. Es erscheint als Nachfolger des Bands „Sterneküche aus dem Dampfbackofen“, für das u.a. Spitzenköche wie Johann Lafer und Eckart Witzigmann ihre Klassiker für den innovativen BORA Ofen neu interpretierten.

Die mehr als 70 alltagstauglichen Rezepte in diesem aktuellen Buch zeigen, wie sich mit dem Profi-Dampfbackofen traditionelle, internationale Lieblingsgerichte zeitgemäß zubereiten lassen – vom marinierten Flanksteak über das perfekte Onsen-Ei bis hin zum Schokoladenkuchlein mit flüssigem Kern. Wertvolle Tipps der BORA Experten runden das moderne Back- und Kochvergnügen ab.

„Knusprig. Zart. Saftig“ ist ein Kochbuch für alle, die mit dem Dampfbackofen kochen – es bringt leckere Abwechslung und gesunden Genuss in den Alltag, jeden Tag aufs Neue.

Das Buch ist für € 19 online im BORA eShop unter shop.bora.com und bei den BORA Partnern des Küchenfachhandels erhältlich.

Sie möchten durchblättern? Hier finden Sie einige Rezepte. [Auszug aus dem Kochbuch als pdf]



Zuhause ohne viel Aufwand mit dem Dampfbackofen kochen, jeden Tag: „Knusprig. Zart. Saftig.“ verwöhnt Liebhaber des BORA X BO Profi-Dampfbackofens mit mehr als 70 alltagstauglichen Rezepten.

Fotos: BORA

Steckbrief

Knusprig. Zart. Saftig. – Einfach kochen mit dem Dampfbackofen – Rezepte für den BORA X BO.

- Erschienen im BORA Eigenverlag
- Format: 21 x 24 cm
- Umfang: 192 Seiten
- Inhalt: mehr als 70 Rezepte
- Sofort bestellbar im BORA eShop unter shop.bora.com oder live durchsehen beim BORA Partner im Küchenfachhandel



Lachs auf Radieschen-Gurkensalat



Knollensellerie-Gyros auf Tsatsiki



Kokos-Crème brûlée mit Ananas

Bilddownload: <https://www.bora.com/de/de/unternehmen/pressebereich/>

Zum Unternehmen

BORA entwickelt und produziert innovative Premium-Kücheneinbaugeräte mit hohem Designanspruch. Die deutsch-österreichische Unternehmensgruppe positioniert ihr Portfolio international mit dem Claim ‚More than cooking.‘ Seit Willi Bruckbauer BORA 2007 gründete, hat das Unternehmen den Anspruch, Gewohntes in Frage zu stellen und so den Lebensraum Küche zu revolutionieren. Die Mission: außergewöhnliche Produkte für außergewöhnliche Erlebnisse.

Begonnen hat alles mit den innovativen Kochfeldabzugssystemen, die dank intelligenter Technik den Kochdunst nach unten abziehen und mit dem BORA eigenen Anspruch auf Perfektion laufend weiterentwickelt werden. Das Produktportfolio wurde um den BORA X BO, einen Profi-Dampfbackofen für zuhause und die dazu passende BORA Multischublade erweitert, es folgten Kühl- und Gefriersysteme sowie Beleuchtung. Produkte von BORA zeichnen sich durch höchste Performance, leichte Reinigung und einfache Bedienung aus. Dank ihres zeitlosen Designs fügen sie sich problemlos in jede Küche ein und sorgen für frische Luft und freie Sicht im Lebensraum Küche.

BORA beschäftigt über 500 Mitarbeiter weltweit, insbesondere an den Standorten in Raubling, Niederndorf und Sydney sowie in den Flagship Stores in München und Herford. Vertrieben werden BORA Produkte mittlerweile weltweit in über 60 Ländern.

Bereits 2009 erhielt das Unternehmen die erste Auszeichnung im Rahmen des Innovationswettbewerbs „365 Orte im Land der Ideen“, gefolgt vom Deutschen Gründerpreis und zahlreichen Red Dot Awards, plus X Awards, German Design Awards, Iconic Awards, German Brand Awards, Good Design Awards, iF Design Awards u.a.

Weitere Informationen unter bora.com

Pressekontakt zum Unternehmen BORA

BORA Public Relations
pr@bora.com

BORA Vertriebs GmbH & Co KG
Innstrasse 1
6342 Niederndorf
Austria

bora.com