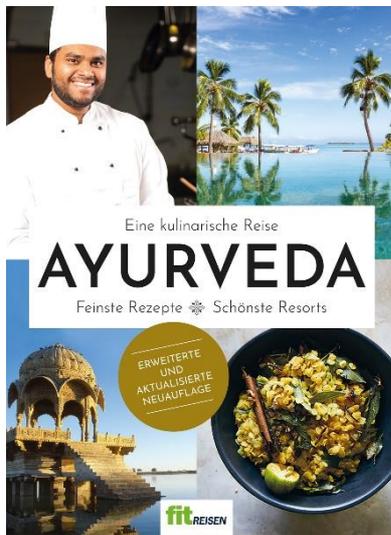


PRESSEINFORMATION

Neues Reise-Kochbuch von Fit Reisen: „Ayurveda – eine kulinarische Reise“ erweiterte Neuauflage

Noch mehr authentische Rezepte aus führenden Ayurveda-Resorts weltweit



Cover „Ayurveda – eine kulinarische Reise“ Neuauflage.
©fitreisen.de

Frankfurt, 27. Mai 2020. Ayurveda, die „Lehre vom gesunden Leben“, stillt das Bedürfnis nach holistischem, nachhaltigem Wohlbefinden heute mehr denn je. Nach dem großen Erfolg des in 2018 erschienenen Reise-Kochbuchs „Ayurveda – eine kulinarische Reise“ von Fit Reisen (www.fitreisen.de) erscheint nun die aktualisierte und erweiterte Neuauflage, die Leser noch tiefer in die schmackhafte sowie heilsame Welt voller exotischer Speisen, Gewürze und Farben des indischen Subkontinents und Sri Lankas eintauchen lässt.

Der bildreiche, 148 Seiten umfassende Hardcover-Band präsentiert 52 (davon 12 neue) authentische Rezepte, Tipps für ayurvedische Routinen sowie noch mehr Porträts und Reiseinspirationen aus Asien und Europa, die Lust darauf machen, die ayurvedische Küche zu Hause auszuprobieren und diese ohne große Mühe, aber mit viel Genuss, in den Alltag zu integrieren.

„Seit über 25 Jahren sind Ayurvedakuren unser Steckenpferd“, erklärt Claudia Wagner, Geschäftsführerin von Fit Reisen, führender Anbieter für Gesundheits- und Wellnessreisen, und Ideengeberin dieses Projekts. „Für die Neuauflage unseres Koch- und Reisebuchs haben wir erneut Ayurvedaköche aus ausgewählten Ayurvedaresorts gebeten, uns ihre Lieblingsrezepte zu verraten.“ Es kommen bewusst Zutaten zum Einsatz, die auch hierzulande leicht erhältlich sind und den europäischen Gaumen nicht überfordern. Alle Arbeitsschritte sind einfach erklärt und eignen sich sowohl für Einsteiger als auch für erfahrene Hobbyköche.

Das Kochbuch ist ab sofort zum Preis von 19,90 Euro auf der Website des Veranstalters unter www.fitreisen.de/ayurveda-kochbuch sowie über Amazon erhältlich.

„Ayurveda eine kulinarische Reise“ Neuauflage Factsheet:

- Titel: Ayurveda – eine kulinarische Reise – feinste Rezepte, schönste Resorts – erweiterte und aktualisierte Neuauflage
- Herausgeber: Fit Reisen (www.fitreisen.de)
- Seiten: 148 Seiten
- Verkaufspreis: 19,90 Euro
- ISBN: 978-3-00-064720-8
- Erhältlich als: Hardcover
- Bezugsadresse: www.fitreisen.de/ayurveda-kochbuch

Eine Leseprobe erhalten Sie [hier](#). Anfragen für ein Rezensionsexemplar und Gewinnspielkooperationen nehmen wir gerne entgegen.

Über Fit Reisen

Die Fit Reisen Group mit Sitz in Frankfurt am Main, Hamburg, Leipzig und München ist die Nr. 1 für Gesundheits- und Wellnessreisen. Seit über 40 Jahren steht das Unternehmen für die Kombination aus gesundem Urlaub und attraktiven Schönheits-, Entspannungs- und Freizeitangeboten. Neben Fit Reisen gehören auch die internationale Marke SpaDreams, das Online-Portal kurz-mal-weg.de, Yoga Escapes, Aytour, Lotus Travel und das Reisegutschein-Portal Tripz zur Unternehmensgruppe. Heute bietet der Spezialist über 10.000 unterschiedliche Kur-, Gesundheits-, Beauty-, Ayurveda-, Yoga-, Detox- und Wellness-Arrangements an. Das Portfolio umfasst 1.500 Hotels und 400 Destinationen in 50 Ländern. Bereits mehrfach wurden das vielfältige Angebot, die langjährige Expertise und der individuelle Service ausgezeichnet: In 2014 als „Innovativster Veranstalter im Gesundheitstourismus“, in 2016 mit dem „Typo3 Website of the Year Award“ sowie „Typo3 Tourism Award“, zuletzt von n-tv in 2017, 2018 und 2019 als „Deutschlands bestes Online-Portal Wellnessreisen“.

Bilder und Grafiken zu dieser Pressemitteilung, zu neuen Katalogen, neuen Hotels und diversen Themen sowie Firmenlogo und Fotos der Geschäftsführung finden Sie unter: www.fitreisen.de/group/de/presse

Bitte beachten Sie: Das Ihnen überlassene Bildmaterial darf nur in Verbindung mit Reisen von FIT Gesellschaft für gesundes Reisen mbH sowie unter Angabe des abgebildeten Hotels genutzt werden. Eine Verwendung darüber hinaus bedarf der vorherigen, schriftlichen Genehmigung. Die Weitergabe des Bildmaterials an Dritte ist untersagt. Die vollständigen Nutzungsbedingungen lesen Sie [hier](#).

Hier informiert Fit Reisen über die erweiterte und aktualisierte Neuauflage des Reise-Kochbuchs „Ayurveda – eine kulinarische Reise“.

[Zum PDF \(Publikumspreise\)](#) >> zum PDF 8Fachpreise) [Zum Bildmaterial](#) >> zur Leseprobe>>