

Kochbuch aus Kärnten: „Weil Selbstgemachtes Zeit und Liebe braucht“

Die St. Veiterin Bettina Orasch holt sich Köstlichkeiten aus dem eigenen Garten oder sammelt sie in der Natur Kärntens. Nun veröffentlicht sie ihr erstes Kochbuch „Joy - Freude für deinen Gaumen“ mit eigenen Rezeptkreationen – eine Sammlung von kostbaren Schätzen und ihre Veredelung.

„Essen, täglich mit Freude zuzubereiten, ist ein wichtiger Bestandteil meines Lebensstils“, sagt die leidenschaftliche Köchin Bettina Orasch. „Mit Liebe gekochte Gerichte zu genießen, ist Nahrung für die Seele.“ Zutaten für ihre Kreationen baut sie in ihrem Garten an, oder holt sie aus den Wäldern Kärntens. „Pflanzen aufzuziehen und deren Früchte zu konservieren, ist Slow Food im wahrsten Sinn; die Natur hat ihren eigenen Rhythmus.“ Diesem Rhythmus der Jahreszeiten folgt sie auch in ihrer Küche. Eine Sammlung ihrer besten Rezepte, Kreationen und haltbaren Schätzen fasst sie nun in ihrem ersten Buch zusammen. Sie veröffentlicht das Werk als „BEET Tina“ im Eigenverlag. Orasch: „Ich lade damit Menschen ein, sich daran zu erfreuen, was jeder aus vorwiegend regionalen, saisonalen Zutaten kreieren kann.“

Profi muss man für die Gaumenfreuden keiner sein; Orasch nimmt den Leser mit Anleitungen und Empfehlungen an der Hand. „Begeisterung für die Schätze der Natur genügt und jeder findet im Buch, Rezepte für jede Gemütslage und Jahreszeit“, so Bettina. „Für Selbstgemachtes braucht man Zeit und Liebe; Zutaten aus der Natur wollen mit Bedacht geerntet und behandelt werden.“ In „Joy – Freude für deinen Gaumen“ finden sich Klassiker mit einer speziellen Note, Speisen mit überraschenden Nuancen und Neuinterpretationen, die man rasch mit wenigen Zutaten zaubern kann. „Es ist ein Streifzug durch meine liebsten Kreationen“, sagt Orasch über die Rezepte in ihrem ersten Buch. Ebenfalls widmet sie einige Seiten dem Konservieren, Veredeln und Einkochen. „So genießt man im Winter Schätze, die der Sommer beschert hat.“

Neben dem druckfrischen Erstlingswerk wird sie mit einigen Spezialitäten aus ihrem Unternehmen „BEET Tina - Gourmet Manufaktur“ überraschen, und es gibt auch Produkte zum Mitnehmen, um sie zuhause zu genießen.

Buchpräsentation:

Mittwoch, 29. November, 17 Uhr
Stadtbücherei St. Veit/Glan
Unterer Platz 4, 9300 St. Veit/Glan

Zur Person BEET Tina:

Schon seit ihrer Kindheit holt sich Bettina Orasch Zutaten für Speisen aus der Natur. Diese Naturverbundenheit begleitet sie seit den Tagen in den Gärten ihrer Großmütter. Über die Jahre eignete sich Bettina Orasch wertvolles Wissen über essbare Pilze, das Erkennen von Wildkräutern und die Aufzucht von Pflanzen an. Als gelernte Goldschmiedin weiß sie die Aufmerksamkeit auf Kleines und Kostbares. Und sie weiß um die Bedeutung von Geduld und Entschleunigung, wenn Gutes entstehen soll. Im Brotberuf ist Bettina Orasch als Grafikerin und in der Produktentwicklung beim Uhrenhersteller „Jacques Lemans“ tätig. Fotografien der Rezepte und auch das Layout ihres Buches hat Orasch selbst erstellt. Sie ist ein kreatives Multitalent mit tiefverwurzelter Naturverbundenheit.



Fotos © Bettina Orasch



Kontakt: bettina@orasch.at
+43 660 4810118