

Veganes Frühstück mit «Fanny the Foody»

Gut besuchter Jubiläumsbrunch der Buchhandlung Scheidegger

Eine junge Foodbloggerin gibt ein veganes Kochbuch heraus. Sie stellte es am Jubiläumsbrunch der Buchhandlung Scheidegger vor. Zum Frühstück gab es Gerichte deren Rezepte im Kochbuch stehen. Und die interessierten Gäste waren neugierig und probierten gerne auch Ungewohntes aus.

.....
VON MARIANNE VOSS

Bücher Scheidegger feiert dieses Jahr den 50. Geburtstag und lädt die Kundschaft zu verschiedenen Jubiläumsanlässen ein. Am vergangenen Sonntag standen in der AVA-Halle einladend gedeckte Tische und ein umfangreiches, farbenfrohes Frühstücksbuffet bereit. An Gästen fehlte es nicht. Das Interesse an diesem etwas ungewöhnlichen Sonntagsbrunch war gross. Die Besonderheit: Auf dem Buffet befanden sich vegane Gerichte. «Wie geht das, ein veganes Zmorge?» Das fragten sich viele, denn die Mehrheit der Besucherinnen und Besucher kannten diese Ernährungsphilosophie nicht aus eigener Erfahrung. Spätestens nach dem ersten Durchgang und dem Probieren auch von ungewohnten Speisen war die Skepsis verflogen. Fanny Frey aus Jönen, Foodbloggerin und Autorin des

neuen Kochbuchs «Seasons – Ein Jahr in Rezepten», stellte den Gästen die Angebote auf dem Buffet vor. Da gab es Müesli, Mandelmilch, Gemüsesticks mit verschiedenen Dips, eine grosse Brotauswahl, Kuchen, Fruchtsalat oder auch feine Suppen – alles konkrete Beispiele von Rezepten aus dem Buch. Das Duo Co Streiff und Tommy Meier (Saxofon und Klarinette) umrahmte das Essen mit peppiger Musik, und als sich die Autorin auf das Podium begab, waren alle zufrieden und gesättigt. «Das war wirklich fein», lobten viele.

Inspirierende Bilder

Im Gespräch mit Angela Kindlimann (Geschäftsleiterin) berichtete die 23-jährige Studentin dann, wie sie vor vier Jahren als «Fanny the Foody» mit ihrem Foodblogg begonnen hatte: «Ich koche und esse einfach gerne, das war meine Hauptmotivation.» Sie lasse sich vom Geschmack und vom Gefühl leiten und setze auf regionale und saisonale Produkte. Ihre drei Leitsätze sind: Geschmack, Gesundheit und Nachhaltigkeit.

Fanny Frey erzählt, dass sie vor zwei Jahren verschiedene Verlage angeschrieben habe. Über die positive Rückmeldung sei sie dann zuerst doch erstaunt gewesen. Und heute freut sie sich natürlich riesig, dass sie dieses Buch nun wirklich in der Hand halten



Fanny Frey mit ihrem Kochbuch «Seasons – Ein Jahr in Rezepten» vor dem dekorativen Buffet. (Bild Marianne Voss)

kann. Das Kochbuch mit den vielen grossen, farbigen Bildern ist schon beim Durchblättern inspirierend und weckt die Lust zum Kochen. Fanny Frey; «Seasons – Ein Jahr in Rezepten» ist im Fona Verlag erschienen.

Weitere Jubiläumsanlässe

Die Buchhandlung Scheidegger lädt zu weiteren Jubiläumsanlässen ein: Am 10. April liest Lukas Hartmann aus seinem Buch «Ein Bild von Lydia». Am 22.

Mai stellt die Buchhändlerin Manuela Hofstätter aktuelle Bücher vor. Und am 26. Juni kann man in der Gärtnerei Blattgrün in Rifferswil eine Lesung von Regula Jaeger und Markus Maeder zu ihrem Buch «Fussgang» geniessen.