

Mad i romaner

Vegetaren

Han, Kang

Sydkoreansk roman om det indre i mennesket og dets friktion mod samfundets normer.

(2024 (genudg.) - Findes også som ebog og lydbog.

Til middag i det forkerte århundrede

Präauer, Teresa

Sjovt og spiddende generationsportræt af Y-generationen (født mellem ca. 1981-1996). For interesserede i ny europæisk litteratur med noget på hjerte

(2024)

Under en anden himmel

Vraa, Mich

Kokken Emma har mistet sin far og er ved at rydde hans hus i Frankrig. På en vandretur møder hun 83-årige Ritou, der indvier hende i sin livshistorie og det, der har formet ham, og langsomt spirer et venskab frem. En vidunderlig roman for alle historisk og almenmenneskeligt interesserede læsere. Findes også som ebog og lydbog.

(2023) - Findes også som ebog og lydbog.

Modermælk

Broder, Melissa

24-årige Rachel er styret af mad og mor, men mødet med Miriam får nye længsler til at spire. Sjov, rørende og skæv fortælling om selvkærlighed, morkomplekser, spiseforstyrrelse og begær. For læsere af humoristiske og kloge bøger om kvinder.

(2023) - Findes også som ebog og lydbog.

Mord på menuen

Shrager, Rosemary

Prudence Bulstrode er tv-kok og bliver hyret til at lave mad for et jagtselskab på et gammelt gods, fordi deres berømte kok er død i rabarberbedet. For læsere af hyggekrimier.

(2022) - Findes også som ebog og lydbog.

Døden i desserten

Shrager, Rosemary

Et lig findes indefrosset i en snemand. Endnu engang står tv-kokken Prudence Bulstrode og hendes barnebarn Suki ansigt til ansigt med et uhyggeligt mord. For læsere af hyggekrimier.

(2023) - Findes også som ebog og lydbog.

Den skønneste chokoladebutik i Paris

Colgan, Jenny

Arbejdsløse Anna Trent rejser fra sit middelklassesliv i England til et lille værksted i Paris, hvor den koleriske Thierry fremstiller den fineste gourmet chokolade. Her lærer hun om kærlighed til både mad og mennesker.

(2019) - Findes også som ebog og lydbog.

Tyverier: noveller

Korsgaard, Thomas

Noveller i den realistiske tradition om ensomhed, fortællinger og forhåbninger og om betydningsfulde øjeblikke i en række personers liv.

(2019) - Findes også som ebog og lydbog.



Faglitteratur

61.38
Spis rigtig mad: en guide til et sundere liv uden ultraforarbejdede fødevarer
Interessant og meget aktuel guide, der hjælper med at forstå og undgå ultraforarbejdede fødevarer i hverdagen. For alle der går op i krop og sundhed.
(2025) - Findes også som ebog og lydbog.

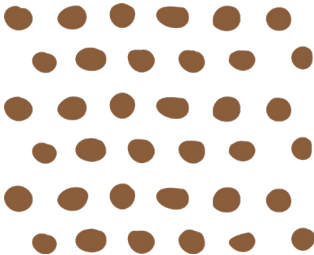
13.16
Hjernesmarte vaner: få de vaner, du ønsker dig
Prehn, Anette
Hjernesmart bog, som tilbyder frisættende alternativer til de dominerende måder at tilgå vaneændring på. Henvender sig til voksne læsere, som ønsker at håndtere vaner og vaneændring.
(2025) - Findes også som lydbog.

66.8
Ultraforarbejdet: hvorfor vi spiser mere og mere, som ikke er mad - og hvorfor vi ikke kan lade være
Tulleken, Chris van
Fascinerende indblik i hvordan de ultraforarbejdede fødevarer ikke alene ødelægger vores helbred, men også hacker vores hjerner. For læsere, der interesserer sig for sundhed, psykologi og fødevarer.
(2024) - Findes også som ebog og lydbog.

13.16
Vanedyr: videnskabens manipulation af vores instinkter
Brendborg, Nicklas
Hvorfor er vi mennesker blevet ufrie vanedyr, og hvordan tager vi magten tilbage? Bogen kan læses af alle med interesse for vanedannelse, madindustri og menneskelig adfærd.
(2023) - Findes også som ebog og lydbog.

61.38
Du ligner da ellers ikke en vegetar
Woythal, Arne
Få bugt med alle fordommene omkring vegetarer og vegetarisme med denne skønne, uhøjtidelige bog, der giver masser af stof til eftertanke og gode argumenter for at leve plantebaseret. For alle der interesserer sig for plantebaseret kost eller er nysgerrige på, hvad der får andre til at vælge denne livsstil.
(2023) - Findes også som lydbog.

61.38
Den plantebaserede kost: ren besked om, hvordan mad påvirker din sundhed, og hvad du kan opnå med en optimal kost
Om hvordan de forskellige fødevarer påvirker ens sygdom og sundhed, og om hvordan man ikke alene kan forebygge, men også behandle sygdom ved at spise plantebaseret kost.
(2020)



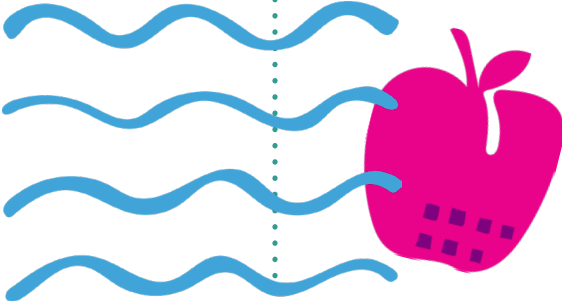
For familier

61.39
Madro for de mindste
Elsøe, Anne
Småbørnforældre, der ønsker at fremelske et godt og naturligt forhold til mad hos deres 0-3-årige barn, kan her finde gode tips og inspiration.
(2023) - Findes også som ebog og lydbog.

61.38
Madro
Beskyt dine børn mod diætkulturen ; Bevar tilliden til kroppen ; Gør det nemt for alle ; Skab begejstring for grønt ; Tag magten fra slikket ; Forebyg trøstespisning.
(2020) - Findes også som ebog og lydbog.

64.16
Min bedste madpakke: fra madpakkeshow til madpakkesjov
Severin, Signe
50 nemme madpakkeideer til den travle børnefamilie. Udover konkrete opskrifter får du tips til at gøre madpakken mere festlig uden at skulle bruge oceaner af tid på det. Alle kan være med
(2025)

64.1
Fra mælkekind til madøre: nem fingermad til baby
Severin, Signe
Informativ bog om baby mad, der indeholder opskrifter på overgangsmad til baby.
(2021) - Findes også som ebog.



Kogebøger

64.1
Spis med
Hurtigkarl, Eva
Flotte og farverige opskrifter på gæstemad til både hverdag og fest. Masser af inspiration, overvejende vegetarisk, til hovedmåltider, snacks og desserter. Alle, der kan lide at lave mad, kan være med.
(2025)

64.15
Spis - grønt - nemt - nu: grønne opskrifter fra 4. th.
Kirk, Nikolaj
90 aftensmåltider til alle, der drømmer om at få mere grønt ind i deres daglige madrutiner og komme væk fra de samme gamle travere. Læsere der ønsker mere plantebaseret kost der skal være nyt, men også nemt, får her inspiration til aftensmaden.
(2025) - Findes også som ebog.

64.17
Helens bog om fingermad & bælgrugter
Lyng Hansen, Helen
Søger man hjælp til at udvikle børns smagspræferencer for sunde fødevarer, kan man med fordel starte med bælgrugter. Opskriftsbog med anbefalinger til fingermad med bælgrugter.
(2024) - Til forældre med småbørn.

64.15
Det grønne årstidskøkken: 100 plantebaserede sæsonopskrifter med danske råvarer
Hoeg Nielsen, Anette
100 plantebaserede opskrifter inddelt efter årstiderne. Flot, klimabevidst kogebog for alle, der søger inspiration til mere grønt i kosten.

64.15
Grøn mad - grøn energi: 100 opskrifter til en grønnere livsstil
Mosgaard, Johanne
Er du til vegetarretter eller bare masser af grøntsager, så er denne bog sagen. Lækker, trendy kogebog med grønne retter for enhver smag. For alle der elsker plantebaseret mad eller dem, der bare søger mere grøn inspiration i køkkenet.
(2023) - Findes også som ebog.

64.15
Bazaar: farverig vegetarmad fra Mellemøsten
Ghayour, Sabrina
Indhold: Lette forretter & snacks ; Mad med æg & mejeriprodukter ; Supper & søbema ; Tærter, brød & bagværk ; Salater til alle årstider ; Herlige hovedretter ; Fra spisekammer til spisebord ; Lækkert tilbehør.
(2019)