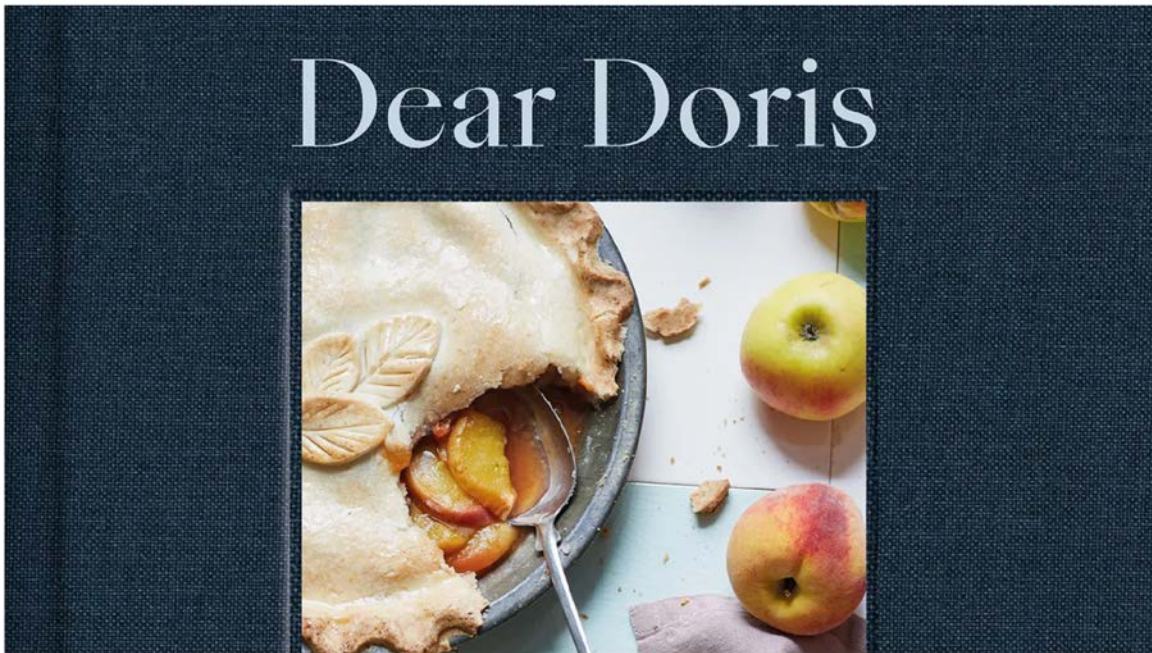


Vegan Backen mit „Dear Doris“: Das neue Kochbuch von Sophia Lewis

In ihrem Back- und Kochbuch „Dear Doris“ teilt Modedesignerin Sophia Lewis Rezepte ihrer geliebten Großmutter Doris, die nach einem raffinierten Health-Update vegan und zuckerfrei serviert werden.

Von Fiona Bornhöft

16. November 2021



Maria Grossmann

Vegan Backen mit Designerin Sophia Lewis und ihrem Kochbuch „Dear Doris“

Sie kennen sie bestimmt, diese bestimmten Rezepte, die nur Ihre Großmutter so zubereiten konnte? Ähnlich erging es der britischen Designerin Sophia Lewis, die während des Lockdowns vermehrt zu Rührschüssel und Pfanne griff und sich an die Rezepte ihrer Großmutter Doris wagte. Bedacht auf eine gesunde und bewusste Ernährung wollte sie klassischen Haushaltszucker, Eier und Milchprodukte sowie teils sogar Getreide durch gesündere Alternativen ersetzen. Und so definierte Lewis zusammen mit ihrer Tochter Gwenifer über 70 Rezepte ihrer geliebten Großmutter neu und gab ihnen ein umfangreiches Health-Update – ohne dabei an Geschmack und Optik zu sparen! „Viele sagen, ‚ich möchte so backen wie meine Mutter oder Großmutter‘ – haben aber gleichzeitig Angst, etwas Neues auszuprobieren“, hat die Designerin beobachtet. „Das Ziel dieses Buches war es also, die Rezepte so aussehen und schmecken zu lassen wie die ursprünglichen traditionellen Rezepte. Aber: Sie sind gesünder und reduzieren unseren CO2-Fußabdruck.“

Vegan Backen mit „Dear Doris“: Dieses Kochbuch macht alte Rezepte zeitgemäß



Das Kochbuch „Dear Doris“ ist eine liebevolle Hommage an die walisische Großmutter der Autorin und versammelt über 70 neu interpretierte Rezepte, die ohne tierische Produkte und raffinierten Zucker auskommen. Maria Grossmann

Doch nicht nur, wer vegan backen möchte, findet bei Sophia Lewis Inspiration, denn „Dear Doris“ ist mehr als ein Kochbuch. Neben zahlreichen Rezepten gewährt die Autorin Einblicke in ihre Kindheit in Wales, teilt Anekdoten aus ihrem späteren Arbeitsalltag beim Hamburger Modelabel Closed und schreibt über ihr wachsendes Bewusstsein für einen gesunden Lebensstil.



Noch ist Birnen-Saison! Wie wäre es also mit einem fluffigen Schokoladen-Birnen-Kuchen, getoppt mit Birnenscheiben und knusprigen Haselnüssen? Maria Grossmann



Sophia Lewis zog nach ihrem Abschluss in Mode am Central Saint Martins College nach Deutschland, um erst bei Jil Sander und anschließend bei Closed als Designerin zu arbeiten. Gaby Schütze

„Dear Doris“ erscheint im ZS Verlag und wird ab 19. November zunächst exklusiv in allen Closed-Filialen erhältlich sein. Am 3. Dezember 2021 kommt es dann für 29 Euro in den Buchhandel. Und einen Sneak-Peak gibt's hier auf AD: Eins ihrer Lieblingsrezepte – diese üppig schokoladigen Brownies – hat Sophia Lewis uns bereits verraten.