

FAQs



DU HAST NOCH FRAGEN?
ICH HAB DIE ANTWORTEN



Woher stammt die Inspiration für deine Rezepte?

Anfangen habe ich damit, alte Familienrezepte neu zu interpretieren. Schnell entdeckte ich meine Lust am Kochen, kaufte mir Kochbücher, schaute Kochserien und ließ mich inspirieren. Das war der Zeitpunkt, an dem ich anfang, wild zu experimentieren und meine eigenen Rezepte zu kreieren. Mittlerweile ziehe ich meine Anregungen vor allem aus Reisen, Restaurantbesuchen, Kochshows und Abendessen mit Freunden. Ab und zu kommt es auch vor, dass mich Freunde nach Rezepten fragen, die ich gar nicht zur Hand habe. Dann tobe ich mich so lange in der Küche aus, bis ich es habe.

Kann ich noch ein bisschen mehr zu dir erfahren?

Aber natürlich, schau doch mal auf der Unterseite [„Die Köchin“](#).

Wie kann ich deinen Blog abonnieren?

Am besten folgst du meinem Blog per [Mail](#), [Facebook](#) und [Pinterest](#). So kriegst du tolle Zusammenfassungen der neusten Rezepte und exklusive Infos zu Rezeptspecials per Mail, top-aktuelle Infos über Facebook und kannst dir auf Pinterest deine Lieblingsrezepte zusammenstellen. Natürlich freue ich mich auch, wenn du mir auch auf [Instagram](#) folgst. Hier bin ich aber nicht regelmäßig aktiv.

Kann ich mir ein Newsletter-Special wünschen?

Das kannst du sehr gerne. Schick mir am besten eine E-Mail an einmal.nachschlag.bitte@gmail.com oder schreib mir über meine [Facebook-Seite](#). Ob dein Wunsch in Erfüllung geht, hängt dann davon ab, ob in letzter Zeit bereits etwas ähnliches gepostet wurde, ob ich bereits genug Content habe und ob es zum Blog passt.

Ist der Blog kommerziell bzw. verdienst du damit Geld?

Nein, ich verdiene an meinem Blog aktuell keinen Cent. Mir ist es wichtig, dass meine Leser sich auf die Rezepte konzentrieren können und nicht von Werbung abgelenkt werden. Darum habe ich Angebote für Produktplatzierung etc. immer abgelehnt.

Du kochst viel, aber nicht ausschließlich vegan. Bist du jetzt vegan oder nicht?

Ich bewundere die vegane Lebensweise und esse selbst mehrfach die Woche vegan, würde mich aber als Flexitarier bezeichnen. Auch wenn Fleisch- und Milchprodukte bei uns relativ selten auf dem Teller landen, haben wir doch noch viele nicht-vegane Gerichte auf der Liste unserer Lieblingsessen. Wir freuen uns aber, diese nach und nach so gut wie möglich zu veganisieren. Tatsächlich findest du schon viele Rezepte „doppelt“ auf dem Blog, da ich nicht selten sowohl das klassische Rezept als auch eine vegane Variante online stelle. Ich freue mich sehr über die vielen Rückmeldungen, dass dies viele meine Leser animiert hat, nach der herkömmlichen Zubereitung erstmals auch die vegane Version zu probieren. So sind wir doch alle auf einem guten Weg. ☐

Wie finde ich das Rezept, das am Besten zu mir passt?

Dafür gibt es sechs Wege. 1. Du kannst über die Suchfunktion am unteren Ende der Webseite nach Schlagwörtern oder Zutaten suchen. 2. Du kannst dir die [Rezepte nach Gang](#) sortieren lassen. 3. Du kannst dir die [Rezepte nach Herkunft](#) sortieren lassen. 4. Du kannst dir die [Rezepte nach Lebensstil](#) (z. B. schnelle Gerichte, vegane Rezepte) anzeigen lassen. 5. Du kannst dir die [Rezepte in chronologischer Reihenfolge](#) anzeigen lassen und einfach mal stöbern. 6. Du kannst meine [Mail-Updates](#) abonnieren und exklusive Rezept-Specials wie saisonale Rezept-Zusammenstellungen erhalten.

Wie kann ich deine Rezepte ausdrucken?

Unter jedem Rezept findest du neben den Social Media Icons auch ein Drucker-Symbol. Einfach drauf drücken und schon kannst du mein Rezept ausdrucken.

Wo kann ich nachgekochte Rezepte posten?

Das kannst du gerne auf meiner [Facebook-Seite](#) machen. Ich bin gespannt auf das Ergebnis! ☐ Bisherige Einreichungen findest du übrigens im [Community-Bereich](#) meiner Facebook-Seite.

Wie berechnest du die Nährwerte für die Rezepte?

Für die Berechnung der Nährwerte benutzte ich eine spezielle App. Hier kann ich die einzelnen Zutaten auf das Gramm genau eingeben und euch so präzise Informationen zu Kalorien, Kohlehydraten, Fett- sowie Eiweißgehalt liefern.

Schießt du die Fotos für deine Rezepte alle selber?

Ja, alle Gerichte auf dem Blog habe ich selbst fotografiert. Food-Fotografie habe ich mir selber beigebracht. Wer meinen

Blog von Anfang an verfolgt, weiß das die ersten Versuche hier noch etwas unglücklich aufgenommene Handysfotos waren. :-)

Welches Foto-Equipment verwendest du? Bearbeitest du die Fotos?

Ich fotografiere meine Gerichte mit einer Canon EOS 1300D und einem Canon EF-S 18-55mm Zoomobjektiv und bearbeite meine Bilder mit Darktable.

Darf ich Rezepte/Bilder von dir posten?

Nur solange du die Original-Posts meiner Facebook-Seite bzw. Pinterest-Pins teilst oder der Post lediglich aus dem Link zu meinem Blog sowie einem Kommentar vor dir dazu bestehen. Das Verwenden meiner Bilder muss angefragt werden und ist nur nach ausdrücklicher Genehmigung erlaubt.

Darf ich auf deine Seite verlinken?

Ja, sehr gerne doch! :-)

Wohin mit Wünschen, Kritik oder Anregungen?

Schick mir am besten eine E-Mail an einmal.nachschlag.bitte@gmail.com oder schreib mir über meine [Facebook-Seite](#).