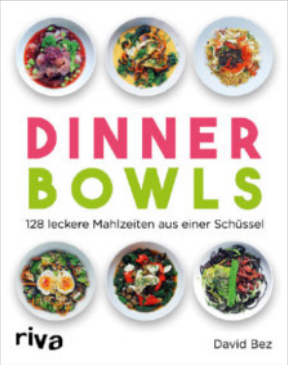
Dinner Bowls



David Bez: Dinner Bowls. 128 leckere Mahlzeiten aus einer Schüssel. München: riva 2017. 192 Seiten, € 19,99. ISBN 978–3-7423–0418-6

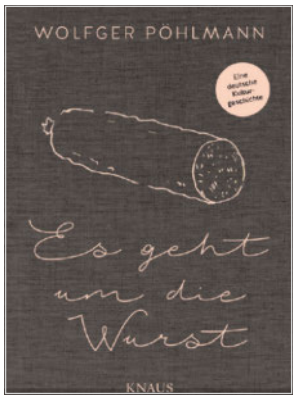
Sie sehen gut aus, in immer mehr Städten kann man sie als gesundes Fast Food unterwegs verspeisen: Bowls – Mahlzeiten aus einer Schüssel.

David Bez beschäftigt sich seit einigen Jahren mit den Bowls, hat in London seinen Traum mit einem kleinen Ladenrestaurant verwirklicht und stellt nun nach „Salat-Power“ und „Frühstücks-Power“ sein drittes Rezeptbuch vor, dieses Mal für Abendmahlzeiten. Zunächst werden die Bestandteile von Suppen-Bowls (Brühen und Rahmsuppen) sowie Bowl-Gerichten (Basis möglichst kohlenhydratarm, also eher Gemüse als Getreide; Gemüse als Herzstück der Gerichte; Protein – Eier, Fleisch, Fisch oder Hülsenfrüchte oder Käse oder Nüsse, Samen, Kräuter; Toppings) und ihre Zubereitung vorgestellt.

Im Anschluss gibt es 128 Rezepte mit Appetit machenden Fotos und jeweils der veganen oder vegetarischen Variante. Sehr hilfreich ist das Register, mit dem man die Rezepte zu einer jeweils gewünschten Zutat findet.

Dr. Sabine Wenzel, Berlin

Es geht um die Wurst



Wolfger Pöhlmann: Es geht um die Wurst. Eine deutsche Kulturgeschichte. München: Knaus Verlag/Verlagsgruppe Random House 2017. 464 Seiten, € 26,–. ISBN 978–3-8135–0710-2

Die deutsche Wurstkultur ist einmalig auf der Welt. Es gibt über 1500 verschiedene Sorten, von denen 2,5 Mio. Tonnen pro Jahr verzehrt werden. Wurst heißt seit 1200 Jahren Wurst, und man muss das Wort nicht übersetzen. Wolfger Pöhlmann ist als Kulturmanager und Goethe-Instituts-Leiter viel herumgekommen. Er liebt Wurst seit seiner Kindheit, und er hat in diesem Buch nicht nur viel Regionales, Metzger- und Esser-Wissen von Nord (Konnopke‘s Imbiss, Braunschweiger, Geburtsstadt der Wurstpappe), Mitte (Ahle Worschd, Bratwurst-Museum, Lyoner, Currywurst mit Blattgold) und Süd (Wiege der Weißwurst, Wurstreinheitsgebot) u. a. zusammengetragen. Er hat Metzgereien und Wurstfabriken besucht, ein Wursthotel gefunden und die Thüringer Wurstkönigin getroffen. Es gibt auch jeweils lokale Tipps.

Die Rolle der Wurst in der Kunst wird ebenso vorgestellt, von Joseph Beuys bis Rosa von Praunheim („Bettwurst-Geschichten“), von Lovis Corinth (Schlachterei-Gemälde) bis zu den Plüschtieren der Kuscheltierschlachterei.

Dr. Sabine Wenzel, Berlin

Psychosoziale Beratung in Therapieberufen



Jürg Kollbrunner: Psychosoziale Beratung in Therapieberufen. Idstein: Schulz-Kirchner Verlag 2017. 104 Seiten. € 16,–. ISBN 978–3-8248–1215-8

Pädagogisch-therapeutisch Tätige haben mit Hilfesuchenden zu tun. Das Ziel ist das Ermutigen oder Zurechtfinden in bedeutsamen Kontexten. Verhandeln statt behandeln, teilnehmen statt vorgeben ist damit der entscheidende Weg: Beratung spielt die zentrale Rolle. Nach dem Studium des Buches fühlt sich der Leser mit genug Kompetenz und Selbstbewusstsein ausgestattet, seine bereits begonnene Praxis der Beratung reflektierter und bewusster anzugehen.

Der Autor ist ein Komplexitätsreduzierer. Die Darstellung verschiedener Persönlichkeitsstile, Mechanismen der Abwehr, Fragetypen und Techniken der Beratung, Hinweise zur Psychohygiene der Beratenden werden in attraktiven, kompetenten und merkfähigen Tabellen dargestellt. Der Autor ist auch ein Ermutiger. Er gibt Kolleginnen und Kollegen Orientierung auf der schwierigen Gratwanderung zwischen Beratung, die zwingend ist, und psychotherapeutischer Intervention, für die sie nicht ausgebildet sind.

Das Buch ist als Ganzes sehr ansprechend, der Inhalt ist klug und sensibel, klar und einfach, übersichtlich und spannend, inspirierend und handfest.

Prof. Dr. Jürgen Steiner, Zürich