

## KoK-Einzelhefte



### Kochen ohne Knochen #13

#### Das vegane Magazin.

Die Themen der 13. Ausgabe: vegane Tätowierungen, Antispeziesmus, Biovegan, Veganz, Roller Derby, VEBU, Monkey in the Kitchen, Guerilla-Café Mousebear, André Stern, der KoK-Produktcheck: Gummibärchen und wie gewohnt testen wir Kochbücher und Restaurants und viele vegane Rezepte reizen zum Nachkochen ...

- **KoK #13 als PDF kaufen..**

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

**bestellenBild vergrößern**



### Kochen ohne Knochen #15

#### Das vegane Magazin.

Die Themen der 15. Ausgabe: Die Kuscheltier-Schlachtereier - Menschenkinds Teddybären, Vegan beim Arzt - Was zu beachten ist, Tierschutz-Verbandsklage - Das unbekannte Wesen, Das Ende der Märchenstunde, Kathrin Hartmann über Modeveganismus, Grün versichert - Geldanlage ohne Greenwashing, Thomas Adam - Aus dem Alltag eines veganen Kochs, Tierbefreiung - Befreiung von Mensch und Tier, Vegane Siegel - Welche es gibt und wofür sie stehen, Albino - Gerappte Tierrechte, Matt Frazier - Athlet ohne Fleisch, Der KoK-Produktcheck: Fertiggerichte, außerdem Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests und vieles andere ...

- **KoK #15 als PDF kaufen..**

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich).**

Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen #16**

**Das vegane Magazin.**

Die Themen der 16. Ausgabe: Surdham Göb: Die vegane Welle, Vegan Zombie: Die Postapokalypse isst vegan, Vegane Zeiten: Die Veganzentrale von Köln, Die Kichererbse: Beruf: Veganerin, Jagdfreie Zone: Wie Andre Hölscher die Jäger vertrieb, Zahlen lügen nicht? Dr. Markus Keller über vegane Studien, Vegan im Weißwurstland: Ein Münchenguide für Pflanzenfresser, Pure raw! Kirstin Knufmann über vegane Rohkost, Was drin ist: Kirschjoghurt, Wheaty: Klaus Gaiser, der Seitanmacher, Tierleid per Luftfracht: Air France und die Versuchstiere, Thomas Adams Kolumne: Aus dem Alltag eines veganen Koch, Der KoK-Produktcheck: Frisch"käse", Außerdem Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests und vieles andere

- **KoK #16 als PDF kaufen..**

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich).  
Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen #17**

**Das vegane Magazin.**

Die Themen der 17. Ausgabe: Björn Moschinski - Vegan Fine Dining, Leben und leben lassen - Marc Pieschel im Interview, Vegan in Mannheim, Vegan Society - Die Vegan-Erfinder, Untervegs auf dem Rhein – So war die erste vegane Flusskreuzfahrt, Grenzen des Veganismus - ein Essay, Times They Changin' - veganer Mode-Blog, Prima Ballerina - Ann-Kathrin tanzt vegan, Vegan Sneaker Connection - Die Experten für Lederfreies, Grüne Braune - Über menschenfeindliche Ökos, Human Animals - von Roland Straller, Was drin ist: vegane Margarine, Thomas Adams Kolumne: Aus dem Alltag eines veganen Koch, Der KoK-Produktcheck:

Bratlinge, Burger, Buletten, außerdem Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests und vieles andere

- **KoK #17 als PDF kaufen..**

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen #18**

**Das vegane Magazin.**

Die Themen der 18. Ausgabe: **Titel: Kick it vegan!** Ilja Lauber über Sport und Körperkultur // **Ich ess Blumen!** Die Lupinen-Pionieren von Alberts // **Pelican Rescue Team** Punk-Sänger Zoli im Einsatz für Seevögel // **Futtern wie bei Muttern** Sophie Mathisz und Daniela Friedl im Interview // **Backen für die gute Sache** Die Tradition des Worldwide Vegan Bake Sale // **Tierrechte fest im Blick** Animal Rights Watch im Porträt // **Eierlose Eierspeisen** Was können pflanzliche Alternativen // **Vehement vegan** Hier fliegen die Fäuste ohne Leder // **Human Animals** - von Roland Straller // **Was drin ist:** MyEy VollEy - vegane Ei-Alternative // **Thomas Adams Kolumne:** Aus dem Alltag eines veganen Koch // **Der KoK-Produktcheck:** Ei-Alternativen // Außerdem **Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests** und vieles andere

- **KoK #18 als PDF kaufen..**

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen #19**

**Das vegane Magazin.**



Die Themen der 19. Ausgabe: **Titel: Simone Sombecki** Die "Tiere suchen ein Zuhause"-Moderatorin erzählt, warum sie vegan lebt // **Andreas Bär Läscher** No need for meat // **Palmöl**

Unersetzlich und fair? // **Bioveganes Gärtnern** Tipps für die Praxis // **Vegan? Lecker lecker!** Kochbuchautor Alex Bulk im Interview // **London calling** Vegane Exkursion nach London und Brighton // **Vegan unterwegs** Auf Flusskreuzfahrt durch Holland und Belgien // **Vegan mit Kind** Überlegungen, Ratschläge und Hinweise // **Erdlingshof** Entscheidung fürs Mitgefühl // **While She Sleeps** Die vegane Metal-Band im Interview // **Human Animals** - von Roland Straller // **Thomas Adams Kolumne:** Aus dem Alltag eines veganen Koch // **Der KoK-Produktcheck:** Sahne-Alternativen // Außerdem **Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests** und vieles andere

• **KoK #19 als PDF kaufen..**

**Preis / Stück:** 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » **zzgl. Versandkosten** (eventuell ist eine **versandkostenfreie Lieferung** möglich).  
**Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



**Kochen ohne Knochen #20**

**Das vegane Magazin.**

Die Themen der 20. Ausgabe: **Titel:** Das Great Ape Project Colin Goldner im Interview zum Thema "Menschenrechte für Menschenaffen" // **Veganer Käse:** Miyoko Schinner über selbstgemachten "Keese", Interview mit "Pflanzenkäser" Bernd Drosihn // **Feste vegan feiern:** Sebastian Zösch (VEBU) über die Bedeutung veganer Straßenfeste // **Train hard, fight smart:** Die vegane Boxerin Melanie Fraunschiel im Interview // **Vegan im Kollektiv:** Die Düsseldorfer Vegankneipe Butze // **Vegan Friendly Finale Figure:** Zu Besuch in Italiens Veganhauptstadt // **Geschmackssache:** Grillwürste // **Human Animals** von Roland Straller // **Thomas Adams Kolumne:** Aus dem Alltag eines veganen Koch // Außerdem **Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests** und vieles andere

• **KoK #20 als PDF kaufen..**

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

**bestellenBild vergrößern**



### **Kochen ohne Knochen #21**

**Das vegane Magazin.**

Die Themen der 21. Ausgabe: **TITEL: Vegan in der Bundesliga** Marco „Toni“ Sailer vom SV Darmstadt 98 im Interview // **Wie super sind Superfoods?** Eine kritische Betrachtung // **Lea Green** Lass uns zusammen kochen // **Gabriele Busse** Wenn das Lachen im Hals stecken bleibt // **Sri Lanka** Lotus und Artischocke auf Rezept-Recherche // **Vegane Sortimentsbereinigung** Lord Of Tofu versus Rügenwalder // **The End of Meat** Eine filmische Utopie // **Vegan und bio** EcoVeg, das neue Vegan-Logo // **Putzen ohne Knochen** Vegane Aspekte von Reinigungsmitteln // **Junges Gemüse** Überlegungen zum veganen Alltag mit Kindern // **Vegane Textilien** Wie kann ein Baumwollshirt nicht vegan sein? // **10 Fakten zu Milch** Die Dekonstruktion eines Mythos // **Geschmackssache** Mayonnaise // **Colin Goldner** Rage and Reason (Kolumne) // **Human Animals** von Roland Straller // **Thomas Adam** Aus dem Alltag eines veganen Koch (Kolumne) // Außerdem **Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests** und vieles andere

- **KoK #21 als PDF kaufen..**

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

**bestellenBild vergrößern**



### **Kochen ohne Knochen #22**

**Das vegane Magazin.**

Die Themen der 22. Ausgabe: **TITEL: Sophia Hoffmann** und ihre "happy vegan cuisine" //



**Werde Selbermacher** Tipps von Stina Spiegelberg // **Vegan ist nicht teuer** Aufräumen mit einem Vorurteil // **Sind Veganer bessere Menschen?** Eine Studie über Fleischkonsum und Vorurteile // **Supermarkt vs. homemade** Lisa Pflieger und ihr Experiment Selbstversorgung // **Björn Moschinski** Vegan kochen für alle (Kolumne) // **Vegan auf Mallorca** Stephanie Kindermann im Interview // **Der gute Heinrich** Die Kölner Vurst-Manufaktur // **Anwälte für Tiere** The Advocacy of Veganism Society // **Ein träger Trend** Die DVE und vegan // **Typisch vegan** Was die Forschung über uns weiß // **Die Lust zu essen** Kolumne von Stina Spiegelberg // **Signor Verde** Der Sojanista-Meister // **Geschmackssache** Sojamilch für Cappuccino // **Colin Goldner** Rage and Reason (Kolumne) // **Human Animals** von Roland Straller // **Thomas Adam** Aus dem Alltag eines veganen Koch (Kolumne) // Außerdem **Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests** und vieles andere

• **KoK #22 als PDF kaufen..**

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

**bestellenBild vergrößern**



### **Kochen ohne Knochen #23**

**Das vegane Magazin.**

Die Themen der 23. Ausgabe: **TITEL: Stina Spiegelberg** Mit Leidenschaft vegan // **Fat Gay Vegan** Aktiv für soziale Gerechtigkeit // **Provamel** Die Pflanzenmilch-Pioniere // **Vegan im Krankenhaus** Hauptsache billig // **Vegan Food Management** Der erste vegane Studiengang // **Fly vegan** So vegan ist der Hamburger Airport // **Vegane Weltreise** Collect Moments – Not Things // **Vegan Good Life** Wann ist Mode vegan? // **Kaufen ohne Knochen** Vegane Produkte für euch entdeckt // **Was drin ist** Vegetarisches Mühlen Hack // **World Wide Vegan** Ein Blick in die Blogosphäre // **Björn Moschinski** Vegan kochen für alle (Kolumne) // **Geschmackssache** Brotaufstriche // **Colin Goldner** Rage and Reason (Kolumne) // **Human Animals** von Roland Straller // **Thomas Adam** Aus dem Alltag eines veganen Koch (Kolumne) // Außerdem **Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests** und vieles andere

- **KoK #23 als PDF kaufen.** [ab dem 19.5.2016 erhältlich].

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

**bestellenBild vergrößern**



### **Kochen ohne Knochen Nr. 25**

Die Themen von Ausgabe 25: **TITEL: Vegan in Thailand** Maricel, eine Münchenerin in Bangkok // **Vegan studieren** Dr. Markus Keller über den Vegan Food Management-Studiengang // **Cornelia Ritzke** Eine starke vegane Frau // **Das Tierparadies** Der Lebenshof Schabenreith // **Animal Equality** Erfolgreich für Gerechtigkeit // **Vegan im Recht** Rechtsanwältin Müller-Amenitsch über juristische Fragen des veganen Lebens // **Happy Cow** Die Weltvegandatenbank // **Der Veganreisende** Justin P. Moore in Malaysia // **Wie Wind zu Gas wird** Vegane erneuerbare Energie // **Vegan Good Life** Vegane Schuhe // **Was drin ist** Veganer Aufschnitt // **Kaufen ohne Knochen** Vegane Produkte für euch entdeckt // **World Wide Vegan** Ein Blick in die Blogosphäre // **Björn Moschinski** Vegan kochen für alle (Kolumne) // **Geschmackssache** Frischkäse // **Colin Goldner** Rage and Reason (Kolumne) // **Human Animals** von Roland Straller // **Stina Spiegelberg** Die Lust zu essen – Diesmal: Zuckeralternativen // **Thomas Adam** Aus dem Alltag eines veganen Kochs (Kolumne) // Außerdem **Rezepte, Kochbuchvorstellungen** und vieles andere

- **KoK #25 als PDF kaufen..**

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

**bestellenBild vergrößern**



### **Kochen ohne Knochen Nr. 26**

Die Themen von Nr. 26: Unsere Titelstory haben wir **Niko Rittenau** und dem **Plant Based Institute**



gewidmet – ein spannendes Gespräch über die Vorteile einer pflanzlichen Ernährung. Wir stellen **Mokita** vor, ein veganes Kindergarten-Projekt aus Frankfurt. In unserer Rubrik **Geschmackssache** widmen wir uns der **Currywurst**. Mit der Initiative **Ärzte gegen Tierversuche** sprachen wir über den Status quo und Alternativen. Und das **Por los animales**-Team berichtet von der Marathon-Fahrrad-Tour durch Spanien. Außerdem: **Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests** und vieles andere..

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen Nr. 27**

Die Themen von Nr. 27: Für unsere Titelstory sprachen wir mit **Tomoyuki Takada** von **Culina Japan** über vegane japanische Esskultur. Und mit **Umami** haben Laura und Minii aus Düsseldorf ein sehr schönes japanisches Kochbuch veröffentlicht, wozu wir die beiden interviewten. Unter der Überschrift **Gut versichert** wollten wir wissen: Wie vegan sind Krankenkassen? In **Veganfleisch 2.0** geht es um Fleischalternativen aus dem Labor. Und hinter **Aqua & Fabulous** versteckt sich, was man aus der Kichererbse zaubern kann. Außerdem: **Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests** und vieles andere..

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen Nr. 28**

Die Themen von Nr. 28: Für unsere Titelstory haben wir **Dr. Jacob** interviewt, einem ausgewiesenen Fachmann für vegane Ernährung. Wir waren im **Baskenland** im Urlaub und haben erkundet, wie es dort mit veganer Ernährung





klappt. Wir befragten den **Sommelier** Sebastian Bordthäuser über die ideale Kombination von **Wein und Gemüse**. Im **Wahlcheck 2017** bieten wir eine Übersicht über die Wahlprogramme der Parteien. Der Anwalt Ralf Müller-Amenitsch (Autor von "Vegan im Recht") amüsiert sich in einer Glosse über Schnitzel, die **Bratstück** heißen müssen. Und wir sprachen mit dem Erfinder der **veganen Flusskreuzfahrten**. Außerdem: **Rezepte, Kochbuchvorstellungen, Restauranttests** und vieles andere..

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen Nr. 29**

Die Themen von **Ausgabe 29**: Für unsere Titelstory haben wir die **Psychologin Dr. Melanie Joy** interviewt. Unsere Überschrift "Wenn veganes Leben Leiden schafft" trifft den Kern des Problems, mit dem sie sich beschäftigt: Was macht das mit uns, wenn es mit Partner\*in, Freundinnen und Freunde, der Familie zu Reibereien wegen unserer veganen bzw. deren unvegane Lebensweise kommt? In **Vegan NYC** berichten wir von einem kleinen Ausflug in eine große Stadt und unseren dortigen kulinarischen Entdeckungen und Beobachtungen. **Das Bernsteinzimmer?** Wurde längst gefunden, in Wuppertal. Solvejg denkt sich unter diesem Namen wundervolle Schoko-Kreationen aus. **Justin P. Moore** (siehe unten) war auf Rezept-Expedition in Indien für sein neues Buch. Unter dem Titel **Ein veganes Utopia** sprachen wir mit dem Künstler Hartmut Kiewert. Außerdem **Rezepte, Kochbuchvorstellungen** und vieles andere.

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen Nr. 30**

Die Themen von **Ausgabe 30**: Für unsere



Titelstory haben wir den veganen Koch und Buchautor **Sebastian Copien** interviewt. In Kürze erscheint sein neues Buch **Heftig deftig**, wir sprachen mit dem Münchner aber auch über Urban Gardening, Surfen und das Plant Based Institute.

KoK-Redakteurin Daniela Große wirft in **Nach dem Tierleid** einen zuversichtlichen Blick in die Zukunft und interviewte **Marc Pierschel** zu "The End of Meat". In **Im Land des Regenwaldes** berichten wir über veganes Leben und Umweltpolitik in Brasilien. In **Vegan aus der Kiste** stellen wir Anbieter von veganen Abo-Boxen vor. Wir interviewten Ulrike Schimunek vom Hefe-Spezialisten **Vitam**. Unter dem Titel **Fische in Massentierhaltung** geht es um die Folgen der Aquakultur. Was **Sentience Politics** ist? Wenn Theorie und Praxis in Sachen Tierrechte zusammenkommen – Sophie Kwass erklärt, wie das geht. Colin Goldner hat ein Buch über **Tiere in der Unterhaltungsindustrie** geschrieben, wir interviewten ihn dazu. In **Kein Kuchen ist auch keine Lösung** sprachen wir mit Simone Flohr über die Chemie des Backens. In unserer Rubrik **Vegan im Recht** berichtet Anwalt Ralf Müller-Amenitsch, wie man sich gegen die Diskriminierung von veganen Kindern wehren kann. **Dr. Markus Keller** und **Stine Weder** vom IFANE-Institut haben sich eine vegane Joghurt-Alternative auf Kokos-Basis genauer angeschaut, und in **Geschmackssache** vergleichen wir Gemüsebrühe(pulver). Natürlich auch wieder dabei sind **Colin Goldner** mit seiner "Rage and Reason"-Kolumne und **Stina Spiegelberg**, die sich in "Die Lust zu essen" mit Kitchen Yoga beschäftigt. Außerdem **Rezepte, Kochbuchvorstellungen** und vieles andere.

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen Nr. 31**

**Die Themen von Ausgabe 31:** Für unsere Titelstory haben wir den Ernährungsberater **Niko Rittenau** über verbreitete Klischees zu veganer Ernährung interviewt und auch zu seinem kommenden Buch "Vegan-Klischee ade!". In einem **Themenschwerpunkt** beschäftigen wir uns mit **bio-veganer Landwirtschaft**, es geht um **bio-vegane SoLaWi**,

um **biozyklisch-vegane Anbau**, einen **biovegan zertifizierten Bauernhof** – und die erstaunliche **Terra Preta**. Wir berichten über **internationale Tierrechtsaktivitäten**, befragten einen Fachmann zu **veganem Tourismus**, feiern mit dem **Roots Of Compassion-Kollektiv** Geburtstag und fragten **Sophia Hoffmann**, wie es ihr auf veganer Mission in New York erging. Von **Sébastien Kardinal** ließen wir uns über sein Kochbuch zu veganem Käse und über vegan in Frankreich erzählen, und auch unser Artikel **Veganes Leder - Neue Entwicklungen in der Welt des Textils** ist spannend. **Dr. Markus Keller** und **Stine Weder** vom IFANE-Institut haben sich eine vegane Schnitzel-Alternative auf Seitan-Basis genauer angeschaut, und in **Geschmackssache** vergleichen wir Seitan. Natürlich auch wieder dabei sind **Colin Goldner** mit seiner "Rage and Reason"-Kolumne und **Stina Spiegelberg**, die in "Die Lust zu essen" für "Ein bisschen vegan für jeden Tag" plädiert. Außerdem **Rezepte**, **Kochbuchvorstellungen** und vieles andere.

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

**bestellenBild vergrößern**



### **Kochen ohne Knochen Nr. 32**

**Die Themen von Kochen ohne Knochen Nr. 32:** Für unsere Titelstory haben wir unter der Überschrift **Die Körner-Kümmerer** mit Julia Reimann über alte Kulturpflanzen und Getreide gesprochen. Jamijn De Boo arbeitet für **ProVeg International** und sie erzählte uns von internationaler Lobbyarbeit für Tiere, Gesundheit, Umwelt, Gerechtigkeit – und leckere Lebensmittel. **Vegan feiern** kann man Ende August auf dem Sommerfest in Berlin – hier gibt's Details. **Vegan in Polen** ist auch ein Thema – wir waren auf der VeggieWorld in Warschau. Die **Jackfrucht** ist derzeit allgegenwärtig, wir stellen euch das tropische Trendfleisch vor. **Frag Stina** ist das Motto des Artikels, in dem unsere Kolumnistin und vegane "Baktivistin" beantwortet, was sie immer wieder gefragt wird. **Wider die schlimmen Bilder** thematisiert, wie sich Massentierhalter versuchen gegen die Kritiker an den Zuständen zu wehren. **KEEKS für alle!** ist eine Initiative für Klimaschutz in Schulküchen – wir stellen sie vor. In **Freiheit – aber für wen?** gehen wir auf die Problematik rechtsoffener Argumente in Sachen

Veganismus und Tierrechten ein. Und wenn wir schon beim Thema sind: Die Typen von **Antifa Gourmet** sind "krasse Konzertköche", und beim Camping-Urlaub in **Kroatien** zogen wir das Fazit: Hartes Pflaster für Veganer\*innen. **Prof. Dr. Markus Keller** und **Stine Weder** vom IFANE-Institut haben sich eine vegane Hähnchen-Alternative auf Jackfruit-Basis genauer angeschaut, und in **Geschmackssache** vergleichen wir Instant-Tassengerichte. Natürlich auch wieder dabei sind **Colin Goldner** mit seiner "Rage and Reason"-Kolumne und **Stina Spiegelberg**, die mit dem Slogan "Vegans, Meetup!" zum indirekten Aktivismus aufruft. In unserer Rubrik **Essen ohne Knochen** stellen wir Restaurants in Salzburg und Madrid vor, und unter der Überschrift **Kaufen ohne Knochen** haben wir neue vegane Produkte für euch entdeckt. Außerdem **Rezepte, Kochbuchvorstellungen** und vieles andere.

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

**bestellenBild vergrößern**



### **Kochen ohne Knochen Nr. 33**

**Die Themen von Kochen ohne Knochen Nr. 33:** Für unsere Titelstory stellen wir die Arbeit des Vereins **Hard to Port** vor, der sich dem Kampf gegen den isländischen Walfang widmet. In einem Special fragen wir **Was tun gegen Lebensmittelverschwendung?** und geben Tipps zum **Anders einkaufen**, sprechen über gerettete und unverpackte Lebensmittel. Wir redeten dazu mit Daniel Anthes, Mitautor des Buches "Weil wir Essen lieben" sowie mit Björn Amend und Eva Wendorf vom Unverpackt-Laden in Düsseldorf sowie Nicole Klaski von The Good Food in Köln. **Vegan-Klischee ade!** ist das erste Buch von Niko Rittenau und der erzählt im Interview über die Arbeit daran, erstes Feedback und seine Pläne. **Nein zur AfD** sagt das Deutsche Tierschutzbüro – und wir ließen uns erklären warum. **Ein Leben ohne Torte? Möglich, aber sinnlos**, findet Simone Flohr und erklärt, wie man das vermeidet. **Justin P. Moore** war für sein neues "The Lotus & The Artichoke"-Kochbuch unterwegs in Äthiopien. Er erklärt uns die Feinheiten der dortigen Küche. **Lars Walther** ist der Mann hinter dem VeggieWorld-Podcast, und wir werfen in **Das Tier in der Rechtsgeschichte**

einen Blick in alte und neue Bücher. **Frag Stina** ist das Motto des Artikels, in dem unsere Kolumnistin und vegane "Backivistin" beantwortet, was sie immer wieder gefragt wird. **Prof. Dr. Markus Keller** und **Stine Weder** vom IFANE-Institut haben sich eine vegane Fischstäbchen-Alternative genauer angeschaut, und in **Geschmackssache** vergleichen wir Räuchertofu. Natürlich auch wieder dabei sind **Colin Goldner** mit seiner "Rage and Reason"-Kolumne und **Stina Spiegelberg**, die sich über Ethik und Social Media Gedanken macht. In unserer Rubrik **Essen ohne Knochen** stellen wir Restaurants in Solingen vor, und unter der Überschrift **Kaufen ohne Knochen** haben wir neue vegane Produkte für euch entdeckt. Außerdem **Rezepte**, **Kochbuchvorstellungen** und vieles andere.

**Preis / Stück: 3.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen-Backissues-Paket**

**Alle noch lieferbaren Ausgaben von Kochen ohne Knochen im Paket.**

Wir liefern mindestens 10 verschiedene Ausgaben, aber ohne Gewähr, welche Nummern enthalten sind. Das heißt, dass nicht jede auf dem Symbolfot abgebildete Ausgabe enthalten sein muss. Eine versandkostenfreie Lieferung ist hier nicht möglich, es fallen auf jeden Fall 5,50 Euro Paketversandkosten an..

**Preis / Stück: 14.90 € (inkl. 7% MwSt.) » zzgl. Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5 Werktagen**

[bestellenBild vergrößern](#)



### **Kochen ohne Knochen-PDF-CD**

Alle Kochen ohne Knochen-Ausgaben von #1 bis zum aktuellen Heft (und damit auch alle, die schon längst ausverkauft sind) als PDF auf einer CD. .



**Preis / Stück: 13.99 € (inkl. 19% MwSt.) » zzgl.  
Versandkosten (eventuell ist eine versandkostenfreie  
Lieferung möglich). Lieferung in Deutschland in 4-5  
Werktagen**

**[bestellenBild vergrößern](#)**