

Alles gelingt und schmeckt!

Media-  
daten  
2023

# Koch & Back

Journal *Das beste Rezept*

DIE ECHTE ÖSTERREICHISCHE KOCHZEITSCHRIFT

[www.kochundback.at](http://www.kochundback.at)



*Wir werben für Sie mit Liebe!*

Preise, Termine und Informationen  
für die Beilage **prima** – Das **GENUSS**-Magazin  
im Koch&Back Journal



## Auflage

Ø 28.000

## Vertrieb

Exklusiv im Abo erhältlich;  
 einzelne Hefte können direkt vom Verlag gekauft  
 werden (je € 3,79 zzgl. Versand).

## Zielgruppe

Junge Mütter, Hobbyköchinnen- und Köche,  
 Hauswirtschaftsschulen.

Die Hefte werden sehr gerne gesammelt.

Viele Abonentinnen kaufen die Koch&Back Journal  
 Sammelmappe. Die Hefte werden an die nächste  
 Generation weitergegeben.

Die Zeitschriften können auch einzeln nachbestellt  
 werden (je € 3,79 zzgl. Versand ).



# Beilage **prima** – Das **GENUSS-Magazin** im Koch & Back Journal

## Dateiformat für Anzeigen

Es können nur digitale Dateien verwendet werden. PDF-Dateien – empfohlen nach dem PDF/X-3 oder PDF/X- Standard mit Bilddateien vorzugsweise in 300 dpi-Auflösung. Liefern Sie Ihre Dateien bitte ausschließlich im CMYK-Farbmodus an und betten Sie verwendete Schriften ein.

Farbauftrag max. 290 bis 300 %  
ICC Profil CMYK ISO\_Coated\_v2

## Datentransfer

Per E-Mail an:  
[redaktion@kochundback.at](mailto:redaktion@kochundback.at)

### Rabatte

ab 2 Einschaltungen	<b>3%</b>
ab 4 Einschaltungen	<b>5%</b>



## Anzeigenplatzierung auf U3/U4

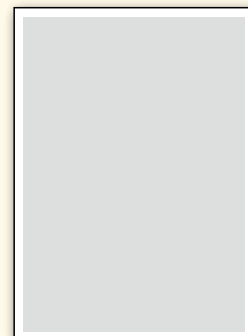
### Anzeigenformate und Preise\*

Maße jeweils Breite x Höhe in mm, 4c oder s/w gleicher Preis.

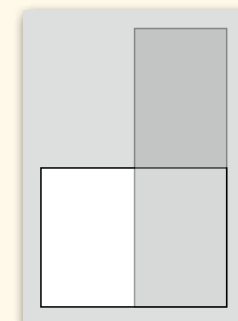
#### Seitenformat

207 x 297 mm

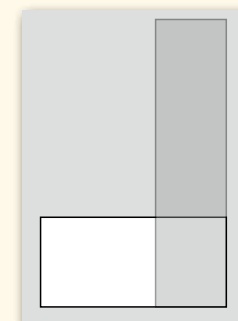
**1/1 Seite:** € 4.370,-  
im Seitenanschnitt:  
207 x 297 mm  
+ 3 mm Beschnitt rundum  
(213 x 303 mm)



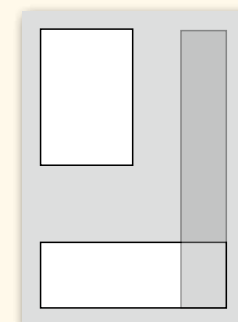
**1/2 Seite:** € 2.305,-  
Im Satzspiegel:  
Querformat 178 x 125 mm  
Hochformat 89 x 249 mm



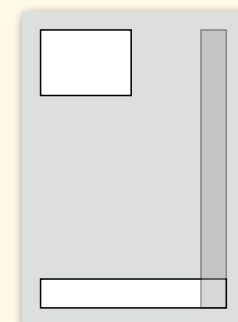
**1/3 Seite:** € 1.520,-  
Im Satzspiegel:  
Querformat 178 x 83 mm  
Hochformat 83 x 249 mm



**1/4 Seite:** € 1.050,-  
Im Satzspiegel:  
Querformat 178 x 62 mm  
Hochformat 45 x 249 mm  
2-spaltig 86 x 62 mm



**1/8 Seite:** € 610,-  
Im Satzspiegel:  
Querformat 177 x 31 mm  
Hochformat 22 x 249 mm  
2-spaltig: 45 x 31 mm



# Advertorials auf der Seite 2

**prima** **LEBEN & GIEßESSEN**

**Salz**  
**Das Salz kein landwirtschaftliches Produkt ist, gibt es dafür auch kein BIO-Zertifikat. Es gibt nur raffiniertes oder Natursalz.**  
 Ohne Salz geht in der Küche gar nichts. Mittlerweile gibt es eine große Auswahl an Salzen. Das beliebteste ist raffiniertes Salz, auch Industriemehl genannt. Es ist mehrfach gewaschen, geteilt, erhitzen und gebleicht. Aufgrund dieses Verfahrens spricht man auch von Kochsalz. Außerdem gibt es unraffiniertes, sogenannte Riesensalzen, die verhältnismäßig viel Feuchtigkeit enthalten. Auch in Getreide eingetauchte Getreidekörner sind durch Austrocknen der Umhüllung chemisch stabilisiert.  
**Das Gelbe vom Ei**  
**Gebeiztes Ei**  
 Die veränderte Konsistenz von gebeiztem Ei erinnert an Hartkäse, sein Aroma an Parmesan, aber ohne übermäßigen Käsegeschmack. Liebhaber des Getriebenen streuen über das Ei zerhackte Gewürze wie Petersilie, Knoblauch, geröstete Rindfleisch, Salz und Pfeffer. Für Getriebenes kommt etwas Zitronensaft zum Beizen, je nach Vorlieben auch getrocknete Gewürze und Pfeffer.  
**HÄTTEN SIE'S GEWUSST?**  
**Osmose beim Kochen**  
 Salz sorgt dafür, dass natürliche Aromen im Kochtopf bleiben und nicht ins Kochwasser wandern. Werden etwa Pilze in ungegartem Wasser gekocht, will das Wasser die Salz- und Mineralstoffe des Endprodukts entziehen. Dann platzen die zarten Zellwände und alle Nährstoffe vom Gemüse verlieren sich im Kochwasser.

**Kleines Advertorial**

Bis zu 600 Zeichen inkl. Leerzeichen

- + Bild
- + Überschrift

€ 620,-

**Großes Advertorial**

Bis zu 940 Zeichen inkl. Leerzeichen

- + Bild
- + Überschrift

€ 1.220,-

# Advertorials auf der Seite 4

**prima** **TRENDS & TIPPS**

**Süße japanische Spezialität**  
**Mochi**  
 Hinter dem klingenden Namen Mochi (japanisch, spricht meist) verbirgt sich ein kleiner Kohlenhydratbomben. Traditionell wird der Mochi Teig aus reines Hokkaidoermais stundenlang geschlagen, bis er sich in den typisch elastisch weichen Mochi-Formen verformt. Mochi wird in Japan zum Neujahrfest und zu ganz besonderen Anlässen serviert. Sehr beliebt ist eine sehr süße Variante, das Daifuku Mochi, das mit einer reifen Bohnenpaste gefüllt ist.  
**NEU ENTDECKT**  
**Protein-Joghurt**  
 Mit der extra Portion Eiweiß ist im Zuge neuer Ernährungstrends (etwa bei Vegetariern, Veganer oder Low-Carb-Ernährung) Protein Joghurt sehr beliebt geworden. Natürliches Eiweiß, wie es sich in Fleisch, Fisch oder Eiern findet, fehlt aber bei manchen modernen Ernährungstrends. Die erhöhte Proteinzufuhr bringt ein besseres Sättigungsgefühl, aber auch einen erhöhten Muskelverlust mit sich. Je nach sportlicher Betätigung geben unterschiedliche Richtwerte für die optimale Proteinnmenge pro Tag, zu viel kann aber zu erhöhten Nierenwerten führen.  
**ONLINE-TIPPS**  
**Wie schmeckt...?**  
 Was ist das? Protein-Joghurt, der aus fermentiertem Milchprotein besteht. Er ist in verschiedenen Geschmacksrichtungen erhältlich. Ob Gewürzt, Obst, Pfirsich, Zitrone oder andere. Protein-Joghurt kann man kaufen und viel Interessantes rund ums Thema Essen und Trinken.  
**Beeching**  
 Beeching ist ein Verfahren, bei dem Honigbienen auf einem Feld (Beech) abgegrast werden. Die Bienen fressen die Blätter der Buche und scheiden sie als Honig aus. Dieser Honig ist sehr gesund und hat viele Vorteile. Er ist ein natürliches Süßholz und wird in der Lebensmittelindustrie verwendet.  
**Hafer**  
 Wie vielseitig das Getreide Getreide wie Hafer, ist, zeigt die Vielfalt der Haferprodukte. Hafer kann in vielen verschiedenen Formaten konsumiert werden. Er ist ein natürliches Süßholz und wird in der Lebensmittelindustrie verwendet.  
**Ginseng-Kaffee**  
 Die Mischung aus gemahltem Kaffee und Ginseng-Extrakt soll wohl machen, Stress abzubauen und das Immunsystem fördern. Er soll Konzentrations- und Leistungssteigerung bewirken, aber auch Bluthdruck erhöhen und wirken.  
**Anchosa**  
 Darunter versteht man „Halbkonzerven“ aus frischem oder getrocknetem Fisch. Dieser wird mit mehreren Wochen in einer Marinade aus Salz, Zucker, Kräutern und Gewürzen eingelegt. Je nach Rezept gibt es auch Fisch mit leicht süßlichen Säusen, mit wenigem Meeresöl oder in Öl eingelegt. Beispielsweise für Anchosen sind etwa Göttersauce mit Fisch, Gewürz Lachs, Mangofleisch oder Gewürzhering.  
**GESUND**  
**Spargel**  
 Spargel ist gesund, weiß oder purpurrot. Spargel ist ein kalorienarmes, reichhaltiges Lebensmittel, das viele Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe enthält. Er ist ein natürliches Süßholz und wird in der Lebensmittelindustrie verwendet.  
**Hafer**  
 Wie vielseitig das Getreide Getreide wie Hafer, ist, zeigt die Vielfalt der Haferprodukte. Hafer kann in vielen verschiedenen Formaten konsumiert werden. Er ist ein natürliches Süßholz und wird in der Lebensmittelindustrie verwendet.

**Großes Advertorial**

Bis zu 480 Zeichen inkl. Leerzeichen

- + Bild
- + Überschrift

€ 490,-

**Kleines Advertorial**

Bis zu 400 Zeichen inkl. Leerzeichen

- + Bild
- + Überschrift

€ 410,-

**Buchvorstellung**

Bis zu 540 Zeichen inkl. Leerzeichen

- + Bild
- + Überschrift

€ 470,-

Bis zu 190 Zeichen inkl. Leerzeichen

- + Überschrift

€ 124,-

Bis zu 300 Zeichen inkl. Leerzeichen

- + Überschrift

€ 189,-

## Medienberatung und Annahme

Bitte wenden Sie sich an die Redaktion

unter: [redaktion@kochundback.at](mailto:redaktion@kochundback.at)

## Termine

Ausgabe	Erscheinungstermin**	Anzeigenschluss	Druckunterlagenchluss
April (Ostern)	13.03.2023	13.02.2023	24.02.2023
Mai (Muttertag)	21.04.2023	24.03.2023	7.04.2023
Oktober	25.09.2023	25.08.2023	8.09.2023
November (Weihnachtskekse)	23.10.2023	22.09.2023	6.10.2023

\* Alle Preise netto Euro, zzgl. 5% Werbeabgabe, zzgl. ges. MwSt. 20%. Ende November 2022. Im Auftrag der Leopold Stocker Verlag GmbH.

Alle Angaben vorbehaltlich Irrtümer und Druckfehler. AGB siehe online unter [www.landwirt-media.com/agb-anzeigenverkauf/](http://www.landwirt-media.com/agb-anzeigenverkauf/)

\*\* Bitte beachten: Die Post hat 5 Werktage Zeit für die Zustellung, es gibt nicht „den einen Tag“, an dem alle AbonnentInnen ihre Zeitschrift erhalten.