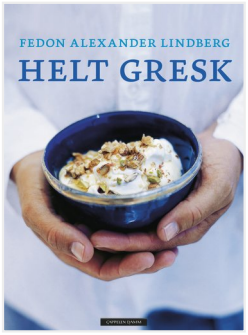
Stilton Literary Agency



Helt Gresk

Original title: Helt Gresk
Publisher: Cappelen Damm 2013
Non Fiction / Cookbook /Health/Lifestyle

Hellas er et populært ferieland: vi elsker de greske øyene, den greske kulturen, de hyggelige grekerne og ikke minst den greske maten. Og nå er Fedon A. Lindbergs matbokklassiker Helt gresk på nytt tilgjengelig igjen. Endelig kan vi ha det litt gresk når vi er hjemme også. Boken viser bredden i det greske kjøkken med mezé (smårettene), salater og grønnsaker, fisk og skalldyr, kjøtt og fjærkre, brød, desserter og kaker. Forfatteren sier: «Bli med meg til mitt Hellas, og la meg vise deg en side av landets mattradisjoner, kultur og historie som du neppe får med deg på en charterreise. Jeg vil vise deg hvordan livsstil, mat og helse henger sammen. Den tradisjonelle greske maten, vinen, olivenoljen kombinert med den klassiske avslappede livsstilen er rett og slett helsebringende. Her er oppskrifter på mat, sunnhet og nytelse: Denne boken er helt gresk for meg.»

Fedon Lindberg

In Norway he became famous with his first best selling book *Naturlig slank med kost i balanse* (2001). Since then he has published an impressive list of books such as *The Greek Doctor's Diet*, *Beyond G.I.*, *Smart barnemat*, *Tid med maten* to mention a few. Three of his previous books have sold widely internationally, translated to 14 languages, sold to 20 territories. With *Gut in Balance. Lean for Life* Lindberg has created yet another best seller, ranking high on Norway's best seller list.

Other titles
The Fight against Cancer (2025)
Food for the Heart. Let food be your medicine. (2018)
Gut in Balance. Learn for Life - Cookbook (2018)
Gut in balance. Lean for Life (2017)
Tid med maten (Mindful Eating) (2014)
Smart Barnemat (2013)
Sunne Pastaretter (2012)
Smartkarbo - Ikke ett fett (2012)
Naturally Slim (2012)
Mat for Livet (2010)