

ANNA HEUPEL

NORDIC FEELING

Eine magische
Foto-Reise durch
Schweden

SPIEGEL
Bestseller-
Autorin

GRÄFE
UND
UNZER



INHALT

Komm mit auf die Reise

Hej, Schwedenfreunde, ...	7
Über Lea	21
Über Swanni	35
Anna im Interview mit Maria	39
Kulinarik	57
Wie aus einem Zwischenstopp ein Zuhause wurde	61
Leben mit dem Licht und den Polaritäten	65
Hommage an die Dunkelheit	77
Lebenslust und des Winters Abschied	111
Eine Reise durch das ewige Licht	153
Zwischen Farbenpracht und Frost	191

Die Jahreszeiten

Wintergedicht	92
Frühlingsgedicht	130
Sommergedicht	180
Herbstgedicht	216

Typisch Schweden

Stuga	13
Loppis	53
Fika	96
Bastu	128
Allemansrätten	132
Midsommar	160
Friluftsliv	187
Lagom	204
Älvdans	209

Kulinarische Einblicke

Jordgubbstårta	62
Janssons frestelse	80
Kartoffelpuffer mit Kaviar	87
Kanelbullar	95
Tunnbröd-Winter-Edition	99
Vegane Kroppkakor	105
Dutch-Oven-Tortilla	121
Fichtentriebesirup	126
Räucherfisch	135
Räuchersaibling mit roten Zwiebeln, Möhrenpüree und frittiertem Tunnbröd	138
Rucki-Zucki-Eiersalat auf Pumpernickel	143
Bunter Sommertisch	163
Ofenmöhren mit Sesamdip	164
Fenchel-Orangen-Salat	164
Rhabarber-Tomaten-Salat mit Holunder	164
Sommernachspeise	165
Smörgåstårta	169
Rhabarberpaj	173
Tunnbröd-Sommer-Edition	179
Kantarell-Rahm-Pasta mit Blattspinat	197
Pilzbrot	201
Pilzsuppe	223
Tjälknöl	226
Tunnbröd	230



HEJ, ...

*... SCHWEDENFREUNDE,
NATURLIEBHABER UND
OUTDOORENTHUSIASTEN,
LIEBE FOTOGRAFEN,
LESERINNEN UND LESER,*

ich freue mich sehr, euch in meinen ersten Bildband »Nordic Feeling« mitnehmen zu dürfen auf eine magische Fotoreise durch Schweden. Danke euch für den Kauf dieses Buches und die damit verbundene Unterstützung meiner Arbeit als Fotografin. Und ein dickes Danke auch dafür, dass ihr euch einen Augenblick für dieses Buch nehmt. Zeit ist wertvoller denn je und mich freut es, dass einige gerade lieber diese Seiten aufschlagen, als durch Instagram zu scrollen. Denn gedruckt wirkt eine Fotografie noch mal ganz anders als auf einem Bildschirm. Ich lade euch hier dazu ein, für einen Moment dem Alltag zu entfliehen und zu träumen. Von Natur, Weite, Echtheit und dem ein oder anderen leckeren Gericht. Also schnappt euch einen Tee und macht es euch gemütlich.

Vielleicht kennen mich ein paar von euch bereits aus meinem ersten Buch »Fotografie – Inspired by Life« – einem Fotografie-Ratgeber, der es nach kurzer Zeit auf Platz 1 der Spiegel-Bestsellerliste geschafft hat. Das war ein unglaubliches Gefühl und eine aufregende Zeit für mich. Neben diesem Erfolg durfte ich aber vor allem zahlreiche Menschen mit diesem Leitfaden motivieren, sich mehr für die Fotografie zu begeistern. Mich haben seit der Buchveröffentlichung viele Nachrichten und liebe Worte erreicht, und ich freue mich nach wie vor sehr darüber, dass das Buch unzählige dazu inspiriert, sich die Kamera zu schnappen und die Welt mit anderen Augen zu sehen.

Für alle, die nicht wissen, wer ich bin: Ich heiße Anna Heupel, bin 32 Jahre alt und seit 2011 als Outdoor- und Lifestyle-Fotografin in Deutschland, Schweden und der Welt unterwegs. In diesem Buch hier geht es allerdings nicht um mich, sondern um die Magie eines Landes: Schweden. Ein Sehnsuchtsland, welches im Jahr 2019 ungeplant zu meiner zweiten Heimat wurde. Um ehrlich zu sein, hätte ich nie gedacht, dass ich mal