

## Feine Sahne Fischfilet-Sänger Monchi mit seinem ersten Buch "Niemals satt. Über den Hunger aufs Leben und 182 Kilo auf der Waage" wieder auf Lesereise!

In den turbulenten Jahren, in denen Feine Sahne Fischfilet es bis an die Spitze der deutschen Musikszene geschafft haben, heißt es für Frontmann Monchi immer nur Vollgas. Bis die Band eine Pause einlegt und er zum ersten Mal Ruhe hat, um sich mit sich selbst auseinanderzusetzen. Die Waage verrät ihm, dass die Zeit reif ist: Er wiegt 182 Kilo. Monchi beschreibt mit schonungsloser Ehrlichkeit und Selbstkritik, wie er es in nur einem Jahr geschafft hat, über 65 Kilo abzunehmen, und wie ihn der Kampf gegen die Maßlosigkeit seitdem täglich beschäftigt; mit vielen kleinen Erfolgen, aber genauso vielen Rückschlägen – denn die Herausforderung hat gerade erst begonnen. Auf diesem steinigen Weg ist ein besonderes Buch entstanden, das voller faszinierender Gedanken und Geschichten steckt. Monchi trägt sein großes Herz auf der Zunge und so schreibt – und liest! - er auch!

"Niemals satt. Über den Hunger aufs Leben und 182 Kilo auf der Waage" platzierte sich eine Woche nach Veröffentlichung direkt auf Platz 1 der Spiegel-Bestsellerliste! Nun geht Monchi mit seinem Erstlingswerk weiter auf Lesereise.

*„Der Frontmann der Band Feine Sahne Fischfilet ist bekannt für exzessiven Punkrock und sein Engagement gegen Nazis. Jetzt hat Monchi ein erstaunliches Buch veröffentlicht. Es handelt von seinem Leben mit 182 Kilo – und dem Kampf gegen die Essstörung“ — Spiegel*

*„Im Buch 'Niemals satt' schreibt sich Monchi nach jedem Rückschlag seine Gefühle von der Seele. Er schildert Selbstzweifel, reflektiert sein Verhalten und macht seine Ängste zum Thema [...] Mehrfach schleicht sich das Gefühl ein, dass sich gerade ein guter Freund das Herz ausschüttet. Dazu trägt auch seine jugendhaft-norddeutsche Sprache bei“ — DPA*

*„Exorbitant und barock wie der ganze Mann ist Jan Gorkows Sprachbegabung: Diese drastische und anrührende Lämmelbeichte ist in schönstem Norddeutsch und Jugendjargon geschrieben, unmittelbar wie wörtliche Rede. Die Abenteuer des Tom Sawyer aus Vorpommern“ — Rolling Stone*

*„'Niemals satt' schildert norddeutsch trocken, handfest und oft unterhaltsam sarkastisch die Problemlage in dieser Gewichtsklasse“ — Mannheimer Morgen*

*„Beides, seine langjährige Mülleimer-Ernährung und den Kampf gegen den inneren Schweinehund, beschreibt Monchi ohne Schnörkel und Schonung der eigenen Person“ — Märkische Allgemeine*

*„Im gepflegten Kumpelmodus, mit geraden, einfachen Worten und einer Portion herzhaftem Humor in den Backen, berichtet Monchi von seiner Problembär-Jugend und seinem verrückten Leben als junger Erwachsener, von Fußball und Punkrock, Stress mit Nazis und dem Verfassungsschutz“ — Nürnberger Nachrichten*

"Niemals satt. Über den Hunger aufs Leben und 182 Kilo auf der Waage" ist bei Kiepenheuer & Witsch, das von Monchi gelesene Hörbuch beim Argon Verlag erschienen.

## **MONCHI**

### **niemals satt - die lese tour**

05.12.2022 Berlin, Festsaal Kreuzberg

18.01.2023 Rostock-Warnemünde, Dock Inn

24.01.2023 Münster, Skaters Palace

25.01.2023 Köln, Gloria

26.01.2023 Leipzig, Kupfersaal

27.01.2023 Hamburg, Laeishalle - kleine Halle

28.01.2023 Hamburg, Laeishalle - kleine Halle

Der Vorverkauf hat bereits begonnen, Karten gibt es auf [www.monchi.tixforgigs.com](http://www.monchi.tixforgigs.com)