

(Ebook free) Einfach vegan: Kochvorschläge auf pflanzlicher Basis

## Einfach vegan: Kochvorschläge auf pflanzlicher Basis

Von Brigitte Ablinger

\*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation - Verkaufsrang: #1069977 in BcherVerffentlicht am: 2015-01-01Abmessungen: 8.90 x .71b x 7.05l, Einband: Taschenbuch160 Seiten | File size: 48.Mb

**Von Brigitte Ablinger : Einfach vegan: Kochvorschläge auf pflanzlicher Basis** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Einfach vegan: Kochvorschläge auf pflanzlicher Basis:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Der Titel ist wirklich auch der InhaltVon Birgit TchterleDanke fr dieses wunderbar einfache Kochbuch, einfach von den Zutaten, einfach von der Rezepten, einfach in der Umsetzung. Also einfach VEGAN. Und vor allem sehr ansprechende Bilder der Autorin. Wow, kann ich nur jeder/m empfehlen.1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. endlich!Von KundeEndlich ein Buch mit leicht umsetzbaren Speisen!Einfache, geschmackvolle Rezepte mit Zutaten, die jeder zuhause im Khlschrank oder im Garten hat.Viele gute Ideen fr ein familienfreundliches, gesundes kochen.DANKE!!!0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Christiana scheidlVon christiana scheidlMust have... auch fuer nicht veganer super lecker und einfach! Vor allem toll fr die ganze familie!!

Darf in keiner Küche fehlen.

Kurzbeschreibung Ein Kochbuch für den Einstieg in fleischlose Ernährung. Die Basis der einfachen Rezepte bilden frisches Gemüse, Kräuter und Früchte, kombiniert mit Getreidesorten und Hülsenfrüchten. Die Zutaten sind weder exotisch, noch schwierig zu besorgen, man findet sie im Laden um die Ecke, wenn man sie nicht ohnehin im Haus hat. 110 Rezepte für die Umstellung auf lebendige Nahrung, wohl schmeckend und alltagstauglich, auch für eine weniger gesundheitsbewusste Familie. Bekömmlichkeit und vor allem Genuss einer Küche ohne Fleisch wird in vielen erprobten Rezeptvorschlägen näher gebracht. Wer bis ins hohe Alter leistungsfähig bleiben will, wird Freude daran haben gute Rezepte und schöne Bilder.

über den Autor und weitere Mitwirkende  
Brigitte Ablinger  
Brigitte Ablinger ist Vorstandsmitglied im VNL (Verein Natürlich Leben) und arbeitet als Geschäftsfrau im Handwerksbetrieb. Die ausgebildete Fotografin ist seit jungen Jahren eng dem Pferdesport verbunden. Sie wurde vor mehr als 13 Jahren durch die Krankheit ihres Mannes zu einer gesundheitsunterstützenden Ernährung geführt und hat deren segensreiche Wirkung in der Familie erfahren dürfen. Ihr Motto: Jeder muss selber erspüren, was ihm gut tut.