

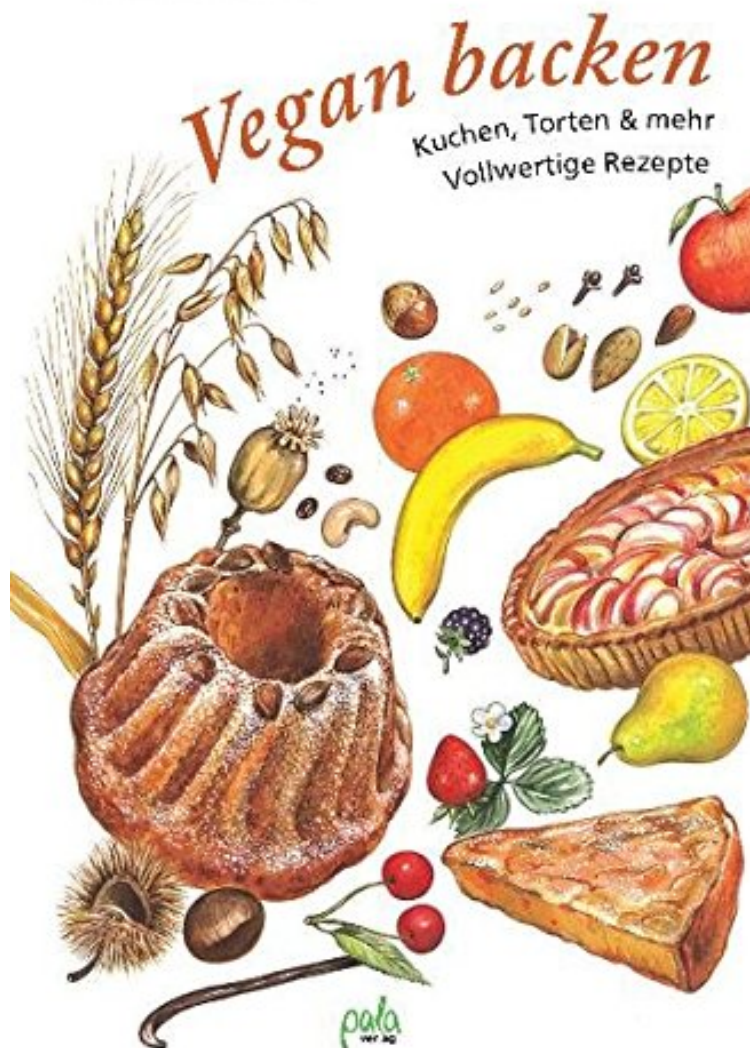
(Free download) Vegan backen: Kuchen, Torten mehr - Vollwertige Rezepte

# Vegan backen: Kuchen, Torten mehr - Vollwertige Rezepte

Von Angelika Eckstein

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

Angelika Eckstein



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #149032 in BcherVerffentlicht am: 2012-11-01Abmessungen: 8.46 x .79b x 5.511, Einband: Gebundene Ausgabe260 Seiten | File size: 62.Mb

**Von Angelika Eckstein : Vegan backen: Kuchen, Torten mehr - Vollwertige Rezepte** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vegan backen: Kuchen, Torten mehr - Vollwertige Rezepte:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen45 von 45 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Tolles veganes BackbuchVon heldinIch bin einfach nur begeistert von diesem Buch! Es enthlt eine File von leckeren und inspirierenden Rezepten. Ich habe schon wirklich viele davon ausprobiert, einige streng nach Rezept, einige

abgewandelt und alle haben ausnahmslos hervorragend funktioniert und geschmeckt. Was ich besonders toll und hervorzuheben finde ist, dass die Autorin außer Pflanzenmilch und gelegentlich Tofu keinerlei Ersatz-Zeugs verwendet, also kein Ei-Ersatz, Sojamehl, Sojasahne etc. In den Rezepten werden außerdem nur Pflanzenle benutzt, keine Margarine o.. Man merkt einfach, dass Frau Eckstein nicht versucht hat, bestehende nicht-vegane Rezepte einfach zu übernehmen und alles zu ersetzen, sondern sie hat völlig neue Rezepte entwickelt, die den veganen Zutaten und ihren Backeigenschaften angepasst sind. Man braucht also beim Nachbacken nicht mal in 'nen Bioladen gehen, um Brote an ungewöhnlichen Zutaten zu kaufen, sondern bekommt nahezu alles in jedem Supermarkt. Das finde ich insofern sehr toll, da dadurch auch Nicht-Veganern das Backen sehr leicht gemacht wird, die Rezepte sind eben kein Ersatz, sondern eine echte Alternative. In den Rezepten werden dazu auch alternative Süßungsmittel und Vollkornmehle verwendet, was sehr gut schmeckt, man kann aber auch jedes Rezept nach dem eigenen Geschmack anpassen. Das Buch hat mir außerdem sehr schnell verdeutlicht, wie das Zusammenspiel der unterschiedlichen Zutaten funktioniert, so dass ich mittlerweile meine eigenen Rezepte nach diesen Prinzipien entwickelt habe, das ist wirklich toll. Ich kann dieses Buch wirklich jedem empfehlen, egal ob Veganer, Allergiker, Omnivore, Backanfänger oder Profi, für jeden ist es eine Bereicherung. 24 von 25 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Endlich mitessen! Von CustomerDa ich an einer Allergie gegen Ei und Milch leide konnte ich bei Familienfesten meinen Verwandten immer nur sehnsüchtig dabei zusehen, wie sie Kuchen und Torten aßen. Dank diesem Backbuch kann ich nun auch mitessen und muss mich nicht mehr an meiner Tasse Kaffee festhalten. Das Backbuch bietet eine große Auswahl an verschiedenen Gebäckarten, wodurch auch keine Eintönigkeit auftritt. Obwohl keine Bilder vorhanden sind kann man sich auf Grund der guten Rezeptbeschreibung ein Bild der Kuchen und Torten machen. Meiner Ansicht nach ein Buch, dessen Anschaffung nicht nur lohnt, wenn man vegan backen will, sondern auch dann, wenn man einfach mal etwas Abwechslung benötigt. 25 von 27 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein absolutes Muss für alle Backfreunde Von Tofuline Vegan backen von Angelika Eckstein ist ein absolutes Muss für alle Backfreunde. Sowohl für die, die das vegane Backen gerade für sich entdecken als auch für "alte Hasen" in Sachen veganem Backen, die neue Rezepte, Tipps und Tricks ausprobieren wollen. Von den Klassikern wie "Apfelstreuselkuchen" bis zur exotischen "Kaschutorte mit Dattelfüllung" und traditionellem wie "Böhmisches Mohnzopf" ist alles vorhanden. Vor allem Kinder werden den "Kalten Hund" und die Dominosteine lieben, beziehungsweise ihre Eltern, wenn sie die Rezepte mit ihnen zusammen nachbacken. Alle Rezepte sind ausführlich beschrieben und zeigen Schritt für Schritt, wie das vegane Backen funktioniert. Damit in der Praxis und am Backofen dann alles klappt, ist den Rezepten ein Theorieteil vorangestellt, in dem erklärt wird, wie sich all die im Buch vorgestellten Sensitivitäten auch ohne Honig, Eier und Milchprodukte realisieren lassen. Mit Vegan backen lässt sich das eigene Leben mit gutem Gewissen genießen.

Kurzbeschreibung Traumhafte Kuchen und Torten ohne Eier, Butter und Sahne - geht das überhaupt? Für Veganer, aber auch für Allergiker und Personen mit Laktose-Intoleranz sind herkömmliche Backrezepte mit diesen Zutaten ein echtes Problem. Dieses Buch bietet Veganern mehr als 90 Rezepte für vollwertige Kuchen und Torten. Beliebte Klassiker wie Marmorkuchen, Gugelhupf, Streuselkuchen oder Cremetorte sind ebenso zu finden wie knusprige Tartes, lockere Hefengebäcke und Rührkuchen mit fruchtiger und cremiger Füllung. Auch kleine Konditoreikreationen wie Schokotörtchen, Muffins, Zimt- und Rosinenschnecken, Puddingtaschen oder Krapfen werden vorgestellt. Eine Warenkunde widmet sich den verwendeten Backzutaten und erklärt, wie Teige und Füllungen ohne Honig, Eier und Milchprodukte hergestellt werden. Über den Autor und weitere Mitwirkende Angelika Eckstein, Jahrgang 1978, ist Diplom-Oekotrophologin und lebt in Darmstadt. Sie arbeitet seit 2005 als Lektorin beim pala-verlag.