

[Read download] Vegan - die pure Kochlust: Junge vegane Küche, genial unkompliziert

Vegan - die pure Kochlust: Junge vegane Küche, genial unkompliziert

Von Philip Hochuli

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #385003 in BcherMarke: At Verlag; Az FachverlageVerffentlicht am: 2014-01-30Erscheinungsdatum: 2014-01-28Abmessungen: 10.00 x .87b x 7.87l, Einband: Gebundene Ausgabe200 Seiten | File size: 71.Mb

Von Philip Hochuli : Vegan - die pure Kochlust: Junge vegane Küche, genial unkompliziert before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vegan - die pure Kochlust: Junge vegane Küche, genial unkompliziert:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. cooles Buch :-))Von KundeIch hab es bekommen, durchgeblttert und direkt 2 Sachen daraus gekocht.Meine Familie hat geschwrmt und ich war zufrieden.Ich muss dazu sagen,das ich Veganer bin und meine Familie Fleischesser.War mal wieder voll spannend zu sehen,wie es fr Menschen is(s)t, wenn es vegan gekocht wird.Ich habe das Rezept zum

veganen Kse in Form von Hefeschmelz benutzt und die Bechamelsauce, da es fr eine vegane Lasagne war. Alle waren positiv überrascht davon und die jngste Tochter fand, das es die leckerste Lasagne aller Zeiten war. Ich empfehle das Buch weiter und denkt daran, was der eine an diesem Buch toll findet, muss nicht der Geschmack des anderen sein ;-)
5 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Lecker! So macht vegan Spass!! Von Danilo Wanner
Ich bin zwar noch Neuling in der veganen Kche, aber dies ist absolut mein Lieblings-Kochbuch! Zuvor war ich der klassische Allesesser, obschon ich immer wieder emprrt war ber die Folgen der Massentierhaltung. Ich war immer und fischlicherweise der Ansicht, dass vegane Ernhrung ungesund ist und dache mir: "Da kann man ja nicht mehr viel essen!". Seit ich weiss, dass dies berhaupt nicht so ist, bin ich ausgesprochener Fan dieser Kche! Philips Rezepte sind noch kreativer geworden nach seinem ersten Kochbuch "Junge Vegane Kche". Dabei ist er seinem Motto treu geblieben: Unkomplizierte Gerichte mit Zutaten die man in normalen Lden findet. Was ich bisher ausprobiert habe: Schinkengipfeli (superlecker.. wie das fleischige Vorbild), Blueberry-Muffins mit Zimtkruste, Tofu-Stroganoff, Vegi-Chili-Wraps mit Avocadocreme, Kruter-Sour-Creme und das Schokoladenmousse. Kleines Manko: Ein paar wenige Gerichte sind fr ungebte Kche wie mich etwas aufwendig. Glcklicherweise wird der Aufwand belohnt mit einem tollen Geschmackserlebnis. Mein Vorschlag und vermutlich Philips Absicht: Spart euch jene Rezepte fr besondere Tage! Fazit: Eine klare Kaufempfehlung fr alle, die gut und gerne essen!
2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Geniales Buch, tolle Rezepte
Von Beatrice Schmidt
Vegan - Die Pure Kochlust von Philip Hochuli ist erschienen beim AT Verlag. Das Kochbuch hlt was der Untertitel "Junge vegane Kche, genial und unkompliziert" verspricht. Nur einige wenige Zutaten entsprechen nicht den Ansprchen einer vollwertigen gesunden Kche. Diese knnen aber problemlos und einfach gegen gesunde Alternativen ausgetauscht werden. So finden in einem Rezept Dosenananas Verwendung, welche man jedoch ohne weiteres gegen frische Ananas austauschen kann und auch der angegebenen Vollrohrzucker, Haushaltszucker und Vanillezucker kann gegen Apfel- oder Birnendicksaft ersetzt werden und die wenigen Weimehlprodukte gegen Vollkornvarianten. Neben diesen weniger guten Kleinigkeiten bietet das Buch viele fantastische Vorteile. So gibt es zu jedem Rezept Hinweise auf enthaltende Allergene. Mit Hilfe von drei einfachen Symbolen sieht man auf dem ersten Blick, ob das Rezept glutenfrei, sojafrei und/ zuckerhaltig ist. Das Kochbuch enthlt viele Basisrezepte fr Dressings, Soen, Teige und vieles mehr. Die Rezeptbeschreibungen sind durchweg sehr bersichtlich gestaltet und die verwendeten Zutaten findet man in jedem Bio-Supermarkt. Die Geschmackskombinationen sind einfach traumhaft und die vielen wertvollen Tipps, neben den Rezepten erleichtern die ohnehin schon einfache Zubereitung der Gerichte noch mehr. Das Buch macht Lust aufs Kochen. Gemeinsam mit meinem 8 jhrigen Sohn habe ich mich auch gleich ans Werk gemacht um ein paar Rezepte auszuprobieren. Mein Sohn hat sich fr die wahnsinnig leckeren Orientalischen Kartoffeln entschieden und diese ganz allein zubereitet. Ich nahm mir das Auberginenkavier vor und war von dessen Geschmack rectlos begeistert. Daher sage ich an dieser Stelle: "Danke, Phili Hochuli" fr die uerst inspirierenden und schmackhaften veganen Rezepte.
Rezensionsautorin
Beatrice Schmidt
Ernhrungsexpertin und Autorin der Ratgeber Ich stell dann mal um und Abnehmen ohne Achterbahn- zurck zur Startseite -

Produktbeschreibung
Junge vegane Kche, genial unkompliziert
Gebundenes Buch
100 unkomplizierte vegane Rezepte fr jeden Tag. Philip Hochuli gilt als der Shootingstar der veganen Kochszene in der Schweiz. Mit seinem Konzept der "Jungen veganen Kche" gelingt es ihm, die positiven Eigenschaften der veganen Kche auf bestechend unkomplizierte Art und Weise umzusetzen und mit kulinarischem Genuss zu verbinden. Er setzt dabei auf einfache, schnelle Rezepte ohne ausgefallene Ersatzprodukte und mit Zutaten, die man in jedem Supermarkt bekommt. In diesem seinem zweiten Buch prsntiert er 100 neue Rezepte, von pikant bis sss neben raffinierten Neukreationen auch einige beliebte Klassiker wie Spinatwhe oder Schinkengipfel, Club-Sandwich, Cannelloni oder Szechuan Stir-Fry alle vegan. Ideal als Einstieg fr Neulinge der veganen Kche und ein Muss fr alle Fans und alle, die "mehr als nur kochen" wollen.

Pressestimmen
Philip Hochuli zeigt, dass es in der veganen Kche nicht um Verzicht, sondern um eine neue Kreativitt beim Kochen geht. (Greenpeace)
Jetzt entdecken auch die Veganer die Lust auf gute Kche. Und die schmeckt richtig gut. (Blick am Abend)
Kurzbeschreibung
Philip Hochuli gilt als der Shootingstar der veganen Kochszene in der Schweiz. Mit seinem Konzept der Jungen veganen Kche gelingt es ihm, die positiven Eigenschaften der veganen Kche auf bestechend unkomplizierte Art und Weise umzusetzen und mit kulinarischem Genuss zu verbinden. Er setzt dabei auf einfache, schnelle Rezepte ohne ausgefallene Ersatzprodukte und mit Zutaten, die man in jedem Supermarkt bekommt. In diesem seinem zweiten Buch prsntiert er 100 neue Rezepte, von pikant bis s neben raffinierten Neukreationen auch einige beliebte Klassiker aus der Schweiz und aus aller Welt, wie Spinatwhe oder Schinkengipfel, Club-Sandwich, Pizza oder Szechuan Stir-Fry alle vegan. Die hochwertigen Fotos machen das Buch auch zu einem Genuss fr das Auge. Ideal als Einstieg fr Neulinge der veganen Kche und ein Muss fr alle Fans und alle, die mehr als nur kochen wollen.
ber den Autor und weitere Mitwirkende
Philip Hochuli geboren 1991, studiert konomie in Zrich und ist seit drei Jahren Veganer. Er gibt Kochkurse, macht Kochshows, bert Restaurants und ist stark present in Printmedien, Radio und TV. Fotos: Alexandra Schubert