

(Mobile book) Vegan im Job: ber 60 schnelle und gesunde Rezepte - auch fr unterwegs

Vegan im Job: ber 60 schnelle und gesunde Rezepte - auch fr unterwegs

Von Patrick Bolk

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrang: #20332 in BcherVerffentlicht am: 2015-04-27Abmessungen: 9.37 x .59b x 7.52l, Einband: Broschiert144 Seiten | File size: 49.Mb

Von Patrick Bolk : Vegan im Job: ber 60 schnelle und gesunde Rezepte - auch fr unterwegs before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vegan im Job: ber 60 schnelle und gesunde Rezepte - auch fr unterwegs:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Geschenk kam sehr gut anVon Samisk_joikWurde verschenkt und von der Beschenken als sehr gut empfunden. Die Rezepte sind bersichtlich und gut beschrieben. Ausserdem sind sie in kurzer Zeit zuzubereiten und man bentigt keine extra oder ausgefallen Zutaten.1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Bin neu in der veganen WeltVon MathildaIch taste mich langsam an die vegane Kche heran und bin von diesem Buch sehr berzeugt. Die Rezepte sind wirklich sowohl optisch als auch geschmacklich top.0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Langweilige Rezepte z.T. ohne BilderVon LillyDas Buch passt fr Leute, die in ihrer Freizeit nicht viel/gerne kochen. Die Rezepte sind sehr einfach und schlicht - keine besondere Gaumenfreuden. Ich habe das Buch ziemlich

schnell weiter verschenkt...

Pressestimmen "Vegan im Job" ist eines der besten veganen Kochbücher, das ich seit langem in den Händen gehalten habe." (Karin Ktzner, Kochen ohne Knochen) Kurzbeschreibung Vegan to go Sich vegan zu ernähren muss nicht kompliziert sein! Vor allem wer stark im Berufsleben eingebunden ist und gleichzeitig versucht, vegan und gesund zu leben, der hat es scheinbar nicht leicht - dieses Buch beweist das Gegenteil! "Vegan im Job" zeigt, dass sich mit ein wenig Vorbereitung ein gesundes Frühstück genau so schnell zubereiten lässt wie ein ausgewogenes Mittagessen "to go" oder ein paar Energieriegel für den kleinen Hunger zwischendurch. Und auch am Abend kann man sich ganz flott ein Abendessen auf den Teller zaubern. Statt sich also auf die Schnelle mit fett-, zucker- und kohlenhydratreichem Fastfood zu versorgen, bietet dieses Buch köstliches veganes und gesundes Essen ohne Riesenaufwand, viele Rezeptideen zum Mitnehmen, Tricks zur geschickten Vorratshaltung sowie einen Wochenplaner für stressfreie Kochwochen. über den Autor und weitere Mitwirkende Der Autor Patrick Bolk ist nicht nur Mit-Begründer vom meistgelesenen Online-Magazin für veganen Lifestyle in Deutschland Deutschland ist(s)t vegan mit mehreren tausend Lesern täglich, sondern auch Herausgeber des erfolgreichen Ratgebers Ab heute vegan (Ventil Verlag) und somit ausgewiesener Experte für das Thema. Er betreibt außerdem den Nachhaltigkeits-Blog Berlin ist(s)t bio und hat 2009 den Bio-Gastroführer Berlin ist(s)t Bio (Terra Verlag) veröffentlicht. Im Südwest Verlag sind seine erfolgreichen Bücher So geht vegan! und Vegan im Job erschienen.