

[Download free ebook] Vegane Lieblingsküche: Kostliche Klassiker auf rein pflanzliche Art (Edition Kochen ohne Knochen, Band 10)

Vegane Lieblingsküche: Kostliche Klassiker auf rein pflanzliche Art (Edition Kochen ohne Knochen, Band 10)

Von Sophie Mathisz

ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation - Verkaufsrang: #667486 in BcherVerffentlicht am: 2014-09-01Abmessungen: 9.45 x .59b x 8.50l, Einband: Gebundene Ausgabe160 Seiten | File size: 26.Mb

Von Sophie Mathisz : Vegane Lieblingsküche: Kostliche Klassiker auf rein pflanzliche Art (Edition Kochen ohne Knochen, Band 10) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vegane Lieblingsküche: Kostliche Klassiker auf rein pflanzliche Art (Edition Kochen ohne Knochen, Band 10):

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen12 von 13 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Mehr Werbung als ein KochbuchVon A. BumkeIch bin sehr enttuscht. Ich hatte das Buch vorbestellt und nicht darauf geachtet, dass das Buch von [...] herausgegebene wird. Beim Durchblttern fiel mir zunchst nur auf, dass viele Ersatzprodukte verwendet wurden, anstatt Gerichte vorzuschlagen, die auch ohne Fleischersatz oder Eiersatz auskommen.Das amanteste Beispiel ist fr mich Saltimbocca, bei dem einfach ein Trmchen aus Veggie-Rucherspeck, Soja-Medaillons und einer selbstgemachte Polentaecke gebaut wird. Das ist doch nicht wirklich ein Rezept... fertige Produkte zu braten und bereinander zu stapeln.Auf den zweiten Blick flft einem auf, dass hufig Markenprodukte, die es im Online-Shop von alles-vegetarisch.de gekauft werden knnen, als Zutaten angebenen werden.Insgesamt bin ich sehr enttuscht und fhle mich, als ob ich Werbung fr alles-vegetarisch.de fr knapp 20 Euro gekauft habe.5 von 7 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Was fr ein liebevoll gestaltetes Kochbuch!Von Susanne K. (Literaturshock.de / Leserunden.de)Sophie Mathisz hat sich mit "Vegane Lieblingsküche" ein hohes Ziel gesetzt. Die Idee, der Leibspeise mit rein pflanzlichen Mitteln umzusetzen ist nmlich auch heute noch nicht ganz so einfach. Dank familirer Prgung haben wir Lieblingsgerichte, bei mir war es es brigens vor Fett tiefende Hhnchenflgel mit kross gebratener Haut. Vegan zu leben bedeutet fr mich keinerlei Verzicht. Es gibt so eine unglaubliche Vielfalt, dass ich

schon lange dieses Lieblingsgericht nicht mehr vermisse. Aber hier kann ich natürlich nur für mich sprechen. Und das ist auch der Grund, weshalb momentan so viele Ersatzprodukte auf den Markt geschwemmt werden. Für Landeier wie mich ist das Buch fast nur mit Hilfe des Internet zu bewältigen. Die Autorin verwendet sehr viel Convenience Food. Dazu zählen dann nicht nur die bereits genannten Chorizos, sondern auch Veggie-Tuna, veganen Schinken oder Kse, Ei-Ersatz (hierfür gibt es so viele nicht industriell hergestellte Alternativen), veganer Sauerrahm (habe ich noch nie irgendwo gesehen!) und und und ... sofern man nichts gegen Fertigprodukte hat, muss man unbedingt entweder in der Stadt wohnen oder eben seine Zutaten via Internet bestellen. Das ist leider ein Grund, weshalb ich nicht ganz so oft aus diesem ansonsten sehr hochwertigen und liebevoll gestalteten Buch kochen werde. Auf dem Blog "Blätterflüstern" fragt Claudia: "Wirklich, wer braucht denn vegane Entenbrust, oder veganen Schinken?" Darauf möchte ich gerne näher eingehen, was durch das Ziel der Autorin auch direkt mit dem Kochbuch zu tun hat: Niemand braucht vegane Entenbrust oder veganen Schinken. Natürlich nicht. Aber wer "braucht" denn überhaupt Entenbrust oder Schinken? Wer braucht Thunfisch, Kse, Eier, Tiermilch heutzutage und in unseren Breiten? Niemand, wenn wir ganz ehrlich sind. Es ist schon längst erwiesen, dass man sich als Veganer gesund ernähren kann - auch ganz ohne Ersatzprodukte. Warum isst man also tierische Produkte? Es gibt dafür letzten Endes nur einen einzigen Grund: Weil sie einem schmecken. Nun könnten wir erneut fragen: Warum isst man vegane Ersatzprodukte? Und hier hat man sogar zwei Gründe: Weil sie einem schmecken. Und weil dafür keine Tiere gequält und getötet werden müssen. Es mag sein, dass der Geschmack nicht identisch ist, aber Veganern ist dieser kleine Unterschied nicht wichtig genug, um Leid und Tod zu verantworten. Nein, niemand braucht Entenbrust oder Schinken. Niemand - sofern er nicht Inuit oder Lwe ist. Zurück zum Buch: Es beginnt mit einem kleinen Vorwort von der Autorin. Sehr angenehm ohne Bilderorgie und bermühter Selbstdarstellung. Einfach ein paar knappe Worte, wie Sophie Mathisz vegan wurde und was der Hintergrund des Buches war. Keine nackten Oberkörper beim Sporteln. Sehr angenehm. Danach folgt auch direkt der Rezepteteil, der in die vier Kategorien "Vorspeisen, Salate und Dips", "Suppen Eintöpfe", "Hauptgerichte" und "Desserts Kuchen" aufgeteilt ist. Alle Rezepte ließen mir das Wasser im Mund zusammen laufen. Beispiele gefällig? Knoblauch-Langos, Schichtsalat, Hackbällchen mit Erdnuss-Dip, Serviettenknäuel, Pfirsich-Blaubeer-Crunch, Vanille-Dampfnudeln oder gebackene Palatschinken. Die Gerichte, die ich gewählt habe (eigentlich absichtlich welche ohne sehr außergewöhnliche Ersatzprodukte wie vegane Entenbrust) waren sehr einfach zuzubereiten. Man sollte ein bisschen auf die Mengenangaben achten. Der französische Gemüsesalat war für 6 bis 8 Personen angegeben und so hätte ich mit dem Ergebnis locker eine Party strömen können. Abgerundet wird das Kochbuch mit einer kleinen Warenkunde, die einen Überblick zu den Themen "Tofu, Tempeh Seitan", "Energiespender", "Alternativen zu Milchprodukten", "Brotaufstriche, Dips Co", "Backen ohne Ei Co - geht das?" und "So gelingen Biskuits, Cremes Co" gibt. Am Ende noch ein riesengroßes Lob an den Ventil Verlag, der sich bei der Gestaltung dieses Buches sehr viel Mühe gegeben hat. Zu jedem Gericht gibt es eine stimmungsvolle Abbildung, die Lust zum Nachkochen macht und das Buch hat sogar ein praktisches Lesebändchen. Sieht man über die Ersatzprodukte hinweg, ist das ein wirklich ganz wunderbares Rezeptbuch. Da ich inzwischen schon etwas Übung darin habe, Rezepte auf meine Ansprüche anzupassen, ist die Arbeit damit für mich auch kein echtes Problem und wer weiß - vielleicht versuche ich die vegane Entenbrust ja wirklich mal. 2 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sensationelles Buch Von Susann Ein mit Liebe gemachtes WUNDERSCHNES veganes Kochbuch. Ganz tolle Rezepte zum nach kochen. Die Rezepte sind bis ins kleinste erklärt und außerdem gibt es noch nützliche Tipps am Rande. Wenn es 1000 Punkte zu vergeben gebe, dann hätte es dieses Buch verdient.

Kurzbeschreibung Kochen, was man kennt - neu interpretiert. Die vegane Küche öffnet ein Tor zu einer ganz neuen Welt voller oft noch unbekannter Gaumenfreuden. Das Entdecken der Vielfalt pflanzlicher Produkte und Zutaten erweitert und bereichert die eigene Küche, ohne dass dabei auf liebgegewonnene Speisen verzichtet werden muss. Vegane Lieblingsküche präsentiert eine Vielzahl von Rezeptideen mit Leibgericht-Potenzial: Vertraute und populäre Klassiker, feine Vorspeisen und bewährte, aber dennoch raffinierte Hauptgerichte, außergewöhnliche Desserts und verlockende Kuchen - für jede Gelegenheit ist etwas dabei. Dieses kreative Rezeptbuch bereichert die tägliche Küche und gibt Ideen auch für besondere Anlässe. Über den Autor und weitere Mitwirkende Sophie Mathisz, geboren 1976, lebt und arbeitet als Kommunikationsdesignerin in der Oberpfalz. Seit 2007 ernährt sie sich vegan und hat dadurch ihre große Leidenschaft zum Kochen und Backen kreativ weiterentwickelt und ihre Kochkunst kontinuierlich perfektioniert. Für alles-vegetarisch.de, Deutschlands größten Online-Shop für rein pflanzliche Spezialitäten, kreiert sie leckere Rezepte und präsentiert in Kochkursen und Seminaren die bunte Vielfalt der veganen Küche.