

(Read free) Vegane und vegetarische Brotaufstriche

## Vegane und vegetarische Brotaufstriche

Von Johanna Sederl

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



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #194448 in BcherVerffentlicht am: 2013-02-11Abmessungen: 8.11 x .47b x 5.75l, .49 Pfund Einband: Taschenbuch96 Seiten | File size: 34.Mb

**Von Johanna Sederl : Vegane und vegetarische Brotaufstriche** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vegane und vegetarische Brotaufstriche:

KurzbeschreibungFleischlos essen liegt im Trend und immer mehr Menschen entscheiden sich sogar dafr, auf tierische Produkte komplett zu verzichten. Das Kochbuch von Johanna Sederl zeigt, wie man rasch, unkompliziert und

preisgnstig herrliche Aufstriche fr Brot und Gebck herstellen kann. Die Basis der Aufstriche reicht von Topfen (Quark) und Gemse ber Soja bis zu Hlsenfrchten und Getreide. Sie erfahren auerdem, wie Sie Sprossen und Keime auf der Fensterbank selbst problemlos ziehen knnen und blitzschnell selbstgebackenes Gebck auf den Tisch zaubern knnen. Aus dem Inhalt: Mehr als 50 einfache vegetarische und vegane Rezepte - Auf Basis von Gemse, Topfen (Quark), Hlsenfrchten und Getreide - Blitzrezepte fr Vollkornbrot und Vollkorngebckber den Autor und weitere MitwirkendeJohanna Sederl ist Gesundheits- und Motivationstrainerin im Bereich Ernhrung und praktiziert ihre einfache, vitale und abwechslungsreiche Kche bereits seit 20 Jahren. Sie vermittelt ihr Wissen in zahlreichen Kochkursen und Workshops im Grraum Wien.