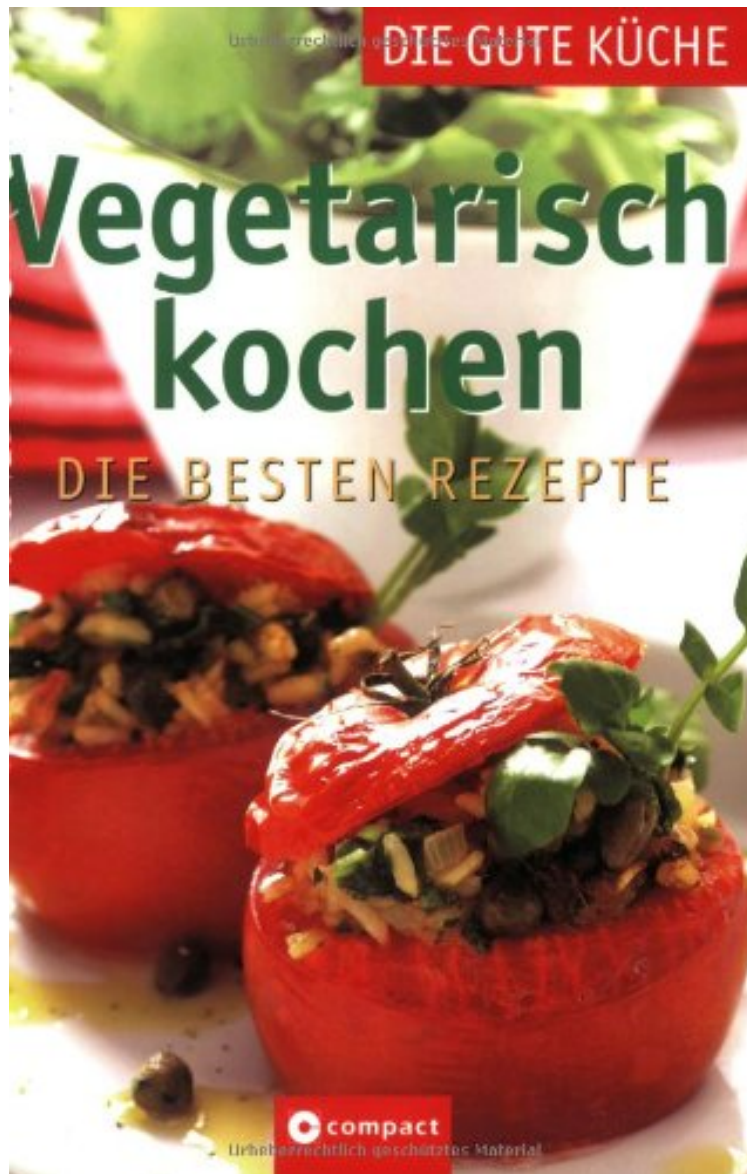


[Free] Vegetarisch kochen - Die gute Küche: Die besten Rezepte

Vegetarisch kochen - Die gute Küche: Die besten Rezepte

Von Compact

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #1252406 in BcherVerffentlicht am: 2006-04-01Abmessungen: 8.31 x .31b x 5.75l, Einband: Broschiert96 Seiten | File size: 26.Mb

Von Compact : Vegetarisch kochen - Die gute Küche: Die besten Rezepte before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vegetarisch kochen - Die gute Küche: Die besten Rezepte:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen66 von 66 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ausgezeichnetes Preis-Leistungsverhältnis!Von reholHabe mir das kleine Buch gekauft, weil ich nicht gleich so viel Geld fr das von mir angestrebte Experiment "Vegetarisches Kochen" ausgeben wollte, da sich dieses ja schliechlich auch

schnell als "Strohfeuer" entpuppen knnte. ;-) Trotz meiner absoluten Unerfahrenheit auf diesem Gebiet, hatte ich mit diesem Buch hier aber wirklich großes Glück: Für 3,95 Euro erhält man (versandkostenfrei) ein mit viel Liebe zum Detail gestaltetes vegetarisches Kochbuch, welches 96 Seiten umfasst.== Gliederung der Seiten mit den Rezepten ==Auf jeder Seite findet sich im Buch genau ein Rezept, was sehr übersichtlich ist und nerviges Blättern beim Kochen erspart. Links oben befindet sich immer die Zutatenliste, daneben dann die ausführliche Schritt-für-Schritt-Anleitung, welche regelmäßig den größten Teil der Seite einnimmt und darunter schließlich ein Bild, wie es am Ende aussehen sollte, wenn man alles richtig gemacht hat. Als nette Zugabe gibt es in einem Kasten am linken Rand auch oft noch einen "Tipp" zur Verfeinerung oder zu Alternativen für bestimmte Zutaten. Außerdem sind natürlich auch zu jedem Gericht die heutzutage ja schon obligatorischen Nährwerte und die Kalorien angegeben.== Inhaltsverzeichnis ==Seite 2: Kleine Tabelle zur Erläuterung von im Buch verwendeten Abkürzungen (nicht viele und auch nicht schwer zu erraten, sogar g = "Gramm" und L = "Liter" werden erklärt). Seiten 3 bis 12, die "Einleitung", gegliedert in:- Die Geschichte des vegetarischen Essens- Fleischlose Küche - schmackhaft und voller Ideen- Gemeinsamkeiten von vegetarischer und nicht-vegetarischer Ernährung- Wie gesund ist vegetarische Küche?- Wichtige Nährstoffe für Vegetarier- Soja - Dauerbrenner in der vegetarischen KücheEs folgen dann auf den Seiten 13 bis 85 die REZEPTE, gegliedert in:- Gemüse (Seiten 13-28)- Hülsenfrüchte, Tofu und Ei (Seiten 29 bis 44)- Getreide (Seiten 45 bis 60)- Kartoffeln (Seiten 61 bis 72)- Nudeln (Seiten 73 bis 84)- Pilze (Seiten 85 bis 95)Der Vollständigkeit halber: Am Ende enthält das Buch dann noch die Seite 95 für das Register und die Seite 96 mit den Bild- und Textquellen. Alles in allem finde ich bei diesem Buch eigentlich keinen Grund zur Kritik, was bei mir wirklich die Ausnahme ist. Die Rezepte sind größtenteils auch für Anfänger leicht nachkochbar, auf allzu exotische (und mitunter schwer zu beschaffende) Gewürze und anderes "berkanditeltes" ;-) Zeug wurde weitgehend verzichtet. Ich persönlich kann das Buch deshalb ohne Einschränkung empfehlen. Besonders für relativ Unerfahrene oder Probierfreudige ist es wirklich sehr gut geeignet. 3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Super Kochbuch Von Marina Dieses Kochbuch ist wirklich weiter zu empfehlen. da sind super Rezepte drin, habe auch schon viele ausprobiert und so bringt das Kochen auch noch mehr Spaß. :-) 3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. lecker Von Manuela Kirstbin eigentlich kein Vegetarier, muss aus gesundheitlichen Gründen vegetarisch essen und finde die Rezepte ziemlich lecker.

Kurzbeschreibung Dieses Buch bietet zahlreiche neue Rezeptideen für schmack- und nahrhafte fleischlose Gerichte für Vegetarier, die sich, trotz des Verzichts auf Fleisch gesund, abwechslungsreich und ausgewogen ernähren wollen.