

(Mobile book) Vegetarisch kreativ: Gemse berraschend kombinieren

Vegetarisch kreativ: Gemse berraschend kombinieren

Von Dusko Fiedler

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrank: #216080 in BcherMarke: Blv BuchverlagVerffentlicht am: 2014-04-07Erscheinungsdatum: 2014-04-07Abmessungen: 10.51 x .79b x 8.98l, Einband: Gebundene Ausgabe168 Seiten | File size: 26.Mb

Von Dusko Fiedler : Vegetarisch kreativ: Gemse berraschend kombinieren before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vegetarisch kreativ: Gemse berraschend kombinieren:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Vielfalt fr VegetarierVon LottieliebtleckerWie bunt und abwechslungsreich das Leben der Vegetarier sein knnte, wenn sich mehr Kche dazu entschlieen wrden, diesen ein bisschen mehr Aufmerksamkeit und Wohlwollen zu schenken, habe ich ja schon mehrfach angedeutet. Ein weiterer Beweis fr das, was fleischlos tatschlich kann, liefert Vegetarisch kreativ. Gemse berraschend kombiniert von Dusko Fiedler (blv Verlag). Untersttzt von Ehefrau Nicole zeigt er uns, wie man Rezepte entwickelt, Geschmackskomponenten geschickt kombiniert und so das Maximum aus dem Gemse herausholt. Ein ausfhrliches Interview zu beginn des Buchs sollte man aufmerksam lesen, damit man die Philosophie versteht und sich nicht wundert, wenn von der 1-2-3-Regel die Rede ist.Damit auch der Laie in der Lage ist, ein tolles Gericht zu kombinieren und zwar wissentlich und mit Plan erklrt uns Dusko noch das Prinzip der Harmonieformel, in der es darum geht, dass Aromenmuster, Textur, Farben, Gerichtsbestandteile und Nhrstoffe eine bestimmte Einheit bilden.

Damit wir aber nicht nur ein leckeres, sondern auch ein ansprechendes Rezept auf den Teller bringen, gibt es als Bonus auch noch eine kleine Anleitung zum Anrichten. Finde ich gar nicht mal verkehrt. Dann geht es noch um die Küche, die Ausstattung, die Vorratskammer und Wrzsmischungen wie Olivenpree, Ingwerpree und weies Zwiebelpree bevor wir dann endlich zu den 15 Mahlzeiten in je 2 Varianten kommen. den Anfang macht Knallgrner Basmati mit knusprigem Feta und Aubergine. den gibt es einmal in einer Basisversion und einmal deluxe mit karamellisiertem Pfirsich, Tomaten-Avocadodip und Rotkohlsalat. Bei Erdige Graupen treffen Ananas mit Majoran gibt es in der extended Version statt Graupenrisotto mit Selleriewürfeln, pochiertem Ei und Ananas-Paprikasalsa dann Graupen-Sellerierisotto, karamellierte Ananas mit Majoran, Krutersaitlinge, Paprikawrfel und Tomaten-Kruter-Nusspaste. Fr alle Komponenten gibt es jeweils eine einzelne ausführliche Anleitung, mit der das auch Anfnger gut hinbekommen drften. Weitere Ideen sind himmlischer Semmelknidel mit Curry (hier gibt es Krbis aus dem Ofen, gebratenen Rmersalat und Bchamelsauce in top), Kross gebratene Steckerbren und Cranberrys, Knigsgemse Spargel mit Frchten der Saison, Krosse Kartoffelrsti mit Krutern und Apfelpree, aber auch Grner Kartoffelklo begleitet von Champignons und Tomaten, Knusprige Bohnenfrikadellen mit Sesam und karamellisierter Banane und Grienocken mit Basilikumrbchen und Zitronen-Avocadodip. Alles super lecker, toll erklrt und was man am Ende auf dem Teller sieht, ldt definitiv zum Genieen ein. Und fr alle, die genau wie ich sehr gerne knuspern, gibt es mit einem extra Abschnitt rund um Knabbereien wie Kmmelkekse, Rosinenstangen, Salzstangen, Shortbread und Ernusskekse, Dinkelbrot und Roggenmischbrot noch einen kleinen Bonus. Mir persnlich gefllt nicht nur das mit der Variation super, sonder vor allem die Tatsache, dass es hier wirklich kunterbunte und ausgefallene Rezepte gibt. Diese sind nicht nur hervorragend erklrt, sondern es gibt sogar am Ende des Buches nochmal eine bersicht, in der die optimale Reihenfolge der Zubereitung aller Rezepte aufgelistet wird. So kommt man bei den manchmal recht vielen Arbeitsschritten auch nicht ins Straucheln. Manch Rezepte sind vielleicht ein wenig gewagt, aber man kann sich ja langsam rantasten. Fr Vegetarier auf alle Flle ein sehr dankbares Werk, das man manchem Fleischesser so als kleine Anregung durchaus mal vorlegen kann. Es geht nmlich auch wunderbar ohne, wie Fiedler eindrucksvoll zeigt.

@lottieliebtecker.wordpress.com3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Flottes Gemse, schnell und richtig gut Von Uli Geiler Dieses Buch macht schon beim Durchblttern Lust aufs Kochen und vor allem dann aufs Genieen. Alle Rezepte sind erkennbar erprobt und das Einstiegsinterview mit dem Autor Dusko Fiedler lsst auf Erfahrung und Freude beim Kochen schließen. Gute Voraussetzungen, das Nachkochen zu wagen. Alle Gerichte scheinen mit einer gewissen Leichtigkeit herzustellen zu sein, auch die Zutatenlisten enthalten kaum teure oder extrem exotische Bestandteile. Einzig Walnul und Chiliflocken sind als die auergewöhnlichen Zutaten hier zu nennen. Das grte Geheimnis des versierten Kochs ist sicher seine so einfach wirkende 1-2-3-Regel, wobei diese Zahlen lediglich Symbole fr die Geschmackskombinationen s/sauer, neutral sowie bitter/wrzig stehen. Nachvollziehbar verstndlich und bersichtlich durch ausführliche aber geordnete Tabellen erlutert der Autor die Zuordnungen und mglichen Kombinationen von Gewrzen und Krutern, erklrt, welche Elemente fr ein Gericht ntig sind und welche Nhrstoffe worin enthalten sind. Beispielhaft zeigt er an einem Gericht auf, auf welche drei unterschiedliche Weise es gekocht und dargeboten werden kann, womit seine 1-2-3-Regel verstndlich wird. Geradezu witzig wirkt die Minimalausrstung fr die leichten Rezepte, denn Topf, Pfanne, Messer und Lffel sind wohl in jedem noch so kleinen Haushalt zu finden. Fr die schmackhafte und raffinierte Gemsekche sind dann allerdings doch noch ein paar Zusatzgertschaften erforderlich, was jedoch ebenfalls keine allzu groen Probleme darstellen sollte. Auch das Bestcken einer Vorratskammer ist als Empfehlung zu verstehen, sollen die im Buch folgenden Gerichte erfolgreich gelingen. Alle Rezepte werden in einer Kurzbersicht vorgestellt, verschiedene Kombinationsmglichkeiten benannt und dann samt Informationsblock mit Zubereitungszeit und Zutaten in einzelnen Arbeitsschritten erlutert. Ein Foto hilft, sich das Ergebnis vorzustellen und regt schon bei der Auswahl den Geschmack an. Fr viele Rezepte beschreibt der Gemsekoch eine Schnellversion. Klasse ist auch die Zusammenstellung der optimalen Herstellung der Mahlzeiten in einer Gesamtschau der 15 Gerichte in je zwei Varianten am Ende des Buches. So ist klar, welche Reihenfolge von vorbereitenden Ttigkeiten es in der Küche geben sollte. Basmati mit knusprigen Feta und Aubergine, Semmelknidel mit Curry, Krosse Kartoffelrsti mit Krutern auf Apfelpree, Gnocchi mit Frchten und Paprika, Pfannkuchen mit Gemse und Nuss, Gebratene Sptzle mit Steckerbren und Cranberrys oder auch Kekse fr den Biss und andere Mahlzeiten mehr knnen nun selbst ausprobiert werden. brigens steht zu lesen, dass der Autor auf dem Hamburger Wochenmarkt den Foodtruck SOSUMI betreibt da lassen sich sicher seine Mahlzeiten mal probieren. (c) 9/2014, Redaktionsbro Geiler, Uli Geiler, Freier Journalist, Frth/Bay.2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Zwei Versionen fr jedes Gericht: schnell und Gourmet Von Books and Biscuit Vegetarische Kochbcher gibt es mittlerweile wie Sand am Meer, daher ist ein originelles Konzept unerlsslich, um aus der Masse herauszustechen. Ich finde, Dusko Fiedler ist das in seinem Buch Vegetarisch kreativ gelungen. Sein Konzept besteht darin, die 15 vorgestellten Mahlzeiten in zwei Varianten zu prsentieren: die schnelle Version und die Gourmetversion. Ebenfalls auffllig ist, wie viel Platz den einzelnen Mahlzeiten bzw. Gerichten eingerumt wird. Hier wurde wirklich nicht mit Seiten und Fotos gegeizt und durch die Liebe zum Detail werden die Rezepte ins rechte Licht gerckt. ~*~ ~*~ ~*~ Aufmachung des Buches ~*~ ~*~ ~*~ Bevor wir zu den 15 Mahlzeiten kommen, werden wir zunchst sehr ausführlich in das Buch, sein Konzept und die vegetarische Küche an sich eingefhrt. Nach einem Vorwort von Nicole und Dusko Fiedler geht es mit einem

Interview weiter. Eine schne Art, Fiedlers Ansichten zu Zutaten, Zubereitung, Lagerung, etc kennenzulernen. Besonders wichtig ist Fiedler seine Harmonieformel, die in Vegetarisch kreativ ausführlich erklärt wird, sodass man sie auch Zuhause anwenden kann. Hierbei geht es vor allem darum, mit dieser Formel neue Gerichte zu kreieren, zu kombinieren, auszuprobieren. Grob gesagt teilt die Harmonieformel Lebensmittel in drei Klassen: 1) s/sauer, 2) neutral, 3) bitter/wrzig (Seite 18). Unter der Erklärung gibt es eine Tabelle mit Beispielen für die jeweilige drei Kategorien. Auf den folgenden Seiten gibt es weitere Tabellen, Erklärungen und Beispiele. Wer sich genauer damit befasst, wird schon bald eigenes Gerichte mithilfe der Harmonieformel entwickeln können. Besonders schnell finde ich, dass Dusko Fiedler zwar Profikoch ist, alle in diesem Buch vorhandenen Gerichte jedoch in einer Hobbyküche zubereitet hat, sodass sichergestellt ist, dass auch du und ich die Rezepte Zuhause nachkochen können. Für absolute Kochanfänger gibt es sogar Tipps, wie man sich die Utensilien am besten zurechtlegt, welche Hilfsmittel man unbedingt braucht, und sogar, was ein Herd im Idealfall kann. Vor den eigentlichen Rezepten gibt es einen Abschnitt "Vorratskammer", in dem einige Grundrezepte wie Gemsefond, Orangensirup und Leichte Bchamelsauce vorgestellt werden. Im Anschluss an die Hauptrezepte gibt es einige Keksrezepte (Seite 158-161) und das obligatorische Rezeptregister. Dazwischen findet sich noch eine kleine, aber feine Übersicht zur richtigen Planung der Mahlzeiten. Hier wird vorgeschlagen, in welcher Reihenfolge man die einzelnen Teilgerichte zubereiten sollte, um "die Zeit am Herd optimal nutzen zu können" (Seite 162). Wie schon erwähnt, bin ich von dem großzügigen Umgang mit Platz begeistert. Zunächst wird das Gericht mit einem doppelseitigen In-action-Foto des Kochs vorgestellt. Auf der dritten Seite folgt eine Übersicht über Aromenmuster, Kontrast zur Harmonie, den passenden Keksen und Kombinationsmöglichkeiten, bei der jeweils die schnelle und die Gourmet-Version gegenübergestellt werden. Für die Rezepte wird sich viel Zeit genommen, alles wird ausführlich und mit Bildern erklärt. Grüner Kartoffelklo begleitet von Champignons und Tomaten (84-85) besteht beispielsweise aus acht Einzelgerichten, die am Ende kombiniert werden: Grüne Kartoffelklo (87), Goldgelbe Champignons (88), Gebratene Gurkenwürfel (89), Warme Tomatenvinaigrette (90), Rucolasalat (91), Brauner Sauce (91), Warmem Tomatensalat (92) und Basilikumsalat (92). Das letzte Foto zeigt die vollständige Mahlzeit hübsch, aber nicht zu profihaft, angerichtet. Die große Schrift, die farblichen Akzente, die leuchtenden Food Fotos, die gerumige Aufteilung: die gesamte Aufmachung von Vegetarisch kreativ überzeugt und begeistert. ~*~ ~*~ ~*~ Rezepte ~*~ ~*~ ~*~ Für ein vollständiges Menü fehlt mir im Moment leider die Zeit, obwohl ich unwahrscheinlich gerne Krosse Kartoffelrösti mit Krutern und Apfelpfirsich ausprobieren würde, weil es so lecker aussieht. Zunächst musste ich mich aus Zeitgründen auf zwei kleine Beilagen beschränken. ~*~ ~*~ ~*~ Fazit ~*~ ~*~ ~*~ Vegetarisch kreativ kann auf ganzer Linie überzeugen. Es ist wunderschön, frisch und farbenfroh gestaltet, die Food Fotos sind klar und lassen mir das Wasser im Mund zusammenlaufen, die Gerichte in zwei verschiedenen Versionen sind raffiniert, aber nicht zu abgedreht. Die Teilgerichte lassen sich auch untereinander prima kombinieren oder einzelnen nachkochen. Hier stimmt einfach alles. 4, 5 von 5 Punkten Cover 1 Punkt, Rezepte 1 Punkt, Vielfalt 1 Punkt, Aufmachung 1 Punkt, Preis-Leistung 1/2 Punkt ~*~ blv ~*~ 168 Seiten ~*~ 102 farbige Abbildungen ~*~ ISBN: 978-3-8354-1175-3 ~*~ Laminiertes Pappband ~*~ 29,99 ~*~ 2014 ~*~ ca. 22,6 x 26,9 cm ~*~ (c) Books and Biscuit

Produktbeschreibung 2014 Vegetarisch kreativ, Gemse überraschend kombinieren, Deutsch, 115 farb. Abb. - zahlr. Ill. Pp. 27 cm München 167 S. [Modernes Antiquariat 640 Hauswirtschaft und Familienleben Themenkochbücher]

Kurzbeschreibung Der Gemse-Kombinator: genial einfache Gaumenfreuden Dusko Fiedlers Mission: einfache, schnelle Gemseküche regional, saisonal und überraschend kombiniert Kochkunst mit allen Sinnen: das immer wieder neue Spiel mit Aromen und Geschmackserlebnissen 80 Rezepte mit unendlich vielen Variationen für spannende Mahlzeiten alle leicht nachzukochen Der Koch im Porträt, Grundlagen der Gemseküche, die Kunst des Würzens, Vorratshaltung.