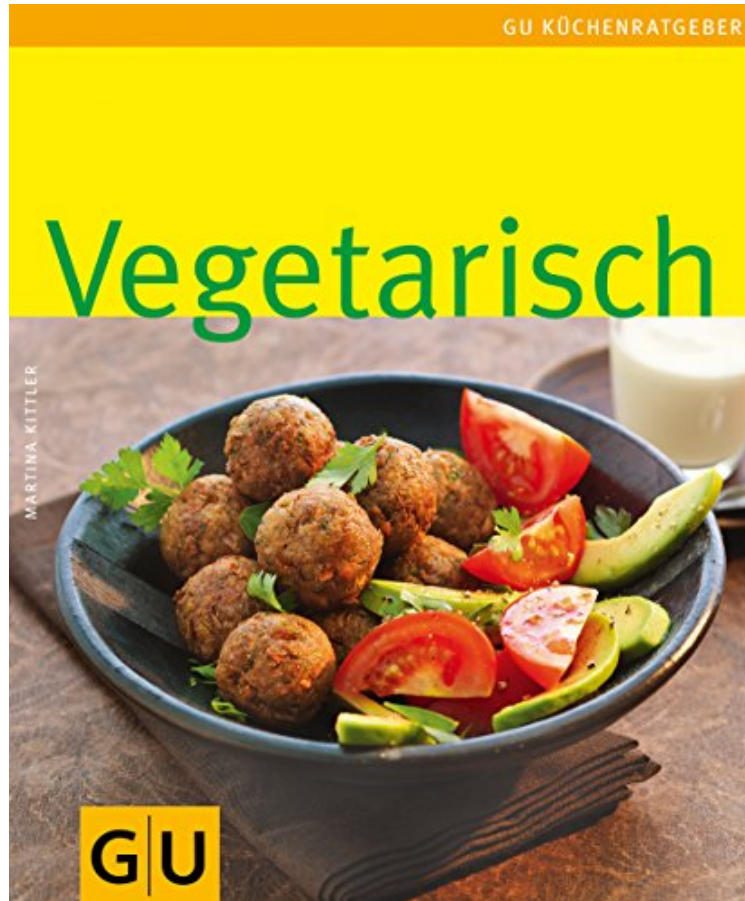


(Download pdf ebook) Vegetarisch: Limitierte Treueausgabe

## Vegetarisch: Limitierte Treueausgabe

Von Martina Kittler

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



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrang: #544615 in BcherVerffentlicht am: 2013-01-01Anzahl der Produkte:  
1Abmessungen: 7.80 x .39b x 6.57l, Einband: Taschenbuch64 Seiten | File size: 35.Mb

**Von Martina Kittler : Vegetarisch: Limitierte Treueausgabe** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vegetarisch: Limitierte Treueausgabe:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Handlicher Kchenratgeber fr vegetarische ErnhrungVon Kathrin JahrDieses Heft gibt Tipps fr die vegetarische Ernhrung und welche Lebensmittel fr vegetarische und vegane Ernhrung geeignet sind.Es sind einfache Rezepte mit einfachen Lebensmittelzutaten, die man auch in Supermrkten und gut sortierten Bio-bzw. Reformlden erhltlich sind. Dabei sind nicht nur Mittagsmahlzeiten, sondern auch Eintpfe, Auflufe, Aufstriche und Desserts enthalten.Sehr schn sind die Fotos, bei denen die Gerichte sehr appetitlich angerichtet wurden.Meine Empfehlung: Daumen hoch ein sehr gelungener Ratgeber mit vielen Fotos auf wenigen Seiten.2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Fr den Preis...Von M.L....ein schnes Ideenwerk. Ein paar Rezepte verleiten durchaus es bald zu kochenund auch um mal was schnelles ohne Fisch und Fleisch zu machen oder evt. auch ZUdiesen Lebensmitteln hat es ein paar tolle Ideen ! Gerade fr Anfnger die sichnicht gleich ein 200 Seiten Buch antun wollen finden sich hier gute Ideezum ersten reinschnuppern(wobei ich das Goldene Vegetarisch von GUwirklich empfehlen kann !).1 von 1 Kunden fanden die

folgende Rezension hilfreich. sehr hilfreiches Buch. Von Heidi Mhlmann das Buch hat mir sehr geholfen, es hat viele gute Rezepte, ich nehme es oft her. Bei mir kann ich mir heute überlegen, was ich haben möchte und morgen ist es schon da.

**Kurzbeschreibung** Da werden sogar Fleischesser schwach: Einfache Rezepte für raffinierte, vegetarische Gerichte, bei denen man garantiert nichts vermisst. Hier fehlt garantiert nichts: Rund 50 vegetarische Rezepte als perfekter Einstieg in die fleischlose Küche oder als praktisches Alltagskochbuch für überzeugte vegetarische Genieer. Von feinen Vorspeisen und Snacks wie Spinat-Tomaten-Törtchen über Hauptgerichte wie Wokgemüse mit Sesam-Tofu bis hin zu leckeren Desserts wie Amaranth-Auflauf mit Kirschen. Eine Einführung mit den Basics vegetarischer Ernährung und viele Infos speziell zu Milchprodukten, Soja, Hülsenfrüchten und Getreide zeigen anschaulich, worauf es bei fleischloser oder auch veganer Küche ankommt und helfen sich gesund und fit zu fühlen. Über den Autor und weitere Mitwirkende: Martina Kittler ist bewährte GU-Autorin und arbeitete zuletzt an den Titeln "Familien-Kochbuch" und "Das Kochbuch" mit.