

Vegetarisch

Von Compact

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #499382 in BcherVerffentlicht am: 2012-06-01Abmessungen: 7.76 x .39b x 6.611, Einband: Taschenbuch80 Seiten | File size: 66.Mb

Von Compact : Vegetarisch before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Vegetarisch:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen5 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Vegetarisches Essen kann ganz schn abwechslungsreich sein!Von PaulaAls sich meine Tochter mit 14 Jahren pltzlich weigerte, jegliche Art von Fleisch oder Wurst zu essen, war ich zunchst ein wenig verzweifelt, weil fr mich Gemse bislang nur als Beilage gegolten hatte. Ich kannte schlichtweg kaum vegetarische Rezepte. Zufllig stie ich dann auf dieses Bchlein aus der Reihe Junge Kche". Da es nicht viel kostet, bestellte ich es sofort und habe mir inzwischen daraus ein richtiges Repertoire an vegetarischen Gerichten erarbeitet. Es ist hier wirklich fr jeden Geschmack etwas dabei. Leichtes, wie der Fenchel-Spargel Salat, Deftiges, wie die Spinatkle mit Parmesan, und Pikantes, wie die orientalischn gefllten Auberginen. Die ganzseitigen Abbildungen machen indes schon beim Durchblttern Lust, etwas Neues auszuprobieren. - Ein etwas hochwertigeres Papier htte diese allerdings noch besser in Szene gesetzt.Sehr ntzlich finde ich die Nhrwertangaben pro Person, da sich meine Tochter stets an der unteren Grenze des Normalgewichts bewegt und mir schon deshalb ihre neuen Essgewohnheiten etwas Sorgen gemacht haben. Aber dank dieser Angaben habe ich gelernt, dass man auch als Vegetarier alle ntigen Nhrstoffe abbekommt, wenn man nur ein

wenig variiert - und das ist ja nun kein Problem mehr für mich. 11 von 13 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. **ausgefallen vegetarisch kochen** Von Claudia In diesem Buch sind viele ausgefallene, aber vor allem auch einfache Rezepte, zu finden. Und nicht nur die blichen Nudelgerichte, wenn auf Fleisch verzichtet werden möchte, sondern z.B. auch Suppen. Ganz toll, kann ich nur empfehlen. 17 von 22 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. **Neue Ideen für die vegetarische Ernährung** Von KS Mein erstes vegetarisches Kochbuch, das auch mal "pfiffige" Rezepte bietet. Bisher waren alle Kochbücher eher langweilig und auch ohne Kochbuch umsetzbar. Ich freue mich, dass ich jetzt ein Kochbuch habe, das mal neue Ideen und Rezepte beinhaltet. Ich freue mich schon, daraus zu kochen und mich inspirieren zu lassen.

Kurzbeschreibung Vegetarisch (Junge Küche) Vegetarisch kochen liegt nicht nur voll im Trend sondern ist auch noch gesund und bekömmlich. Dieses Kochbuch aus der Reihe Junge Küche zeigt, wie innerhalb kurzer Zeit mit wenigen Zutaten immer wieder neue und raffinierte vegetarische Gerichte gezaubert werden können. Die Vielfalt reicht von kleinen Gerichten für zwischendurch über Snacks für Gäste, leckere Suppen und Salate bis hin zu klassischen und ausgefallenen Hauptgerichten für jeden Anlass - hier finden Liebhaber der vegetarischen Küche immer das passende Gericht! Wertvolle Tipps zu Lebensmitteln und Inhaltsstoffen, viele Variationsvorschläge und Nährwert- sowie Energieangaben runden die Rezeptsammlung ab. - über 60 vegetarische Rezepte plus zahlreiche Varianten- Snacks Vorspeisen, Fingerfood, Suppen Salate, Reis Nudeln, Gemüse aus der Pfanne, Vegetarisches aus dem Ofen- Ausführliches Extra-Kapitel zu verschiedenen Kartoffel-Variationen- Nährwert- Energieangaben zu jedem Rezept- ausführliches Register und viele Bilder