

(Mobile library) Kochen mit Seitan: ... ganz einfach vegetarischen Fleischersatz zaubern!

Kochen mit Seitan: ... ganz einfach vegetarischen Fleischersatz zaubern!

Von Monya Pehlke

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

Kochen mit Seitan



Monya Pehlke

... ganz einfach vegetarischen Fleischersatz zaubern!

DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #447672 in BcherVerffentlicht am: 2010-10-19Abmessungen: 8.78 x .39b x 6.14l, Einband: Taschenbuch72 Seiten | File size: 29.Mb

Von Monya Pehlke : Kochen mit Seitan: ... ganz einfach vegetarischen Fleischersatz zaubern! before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Kochen mit Seitan: ... ganz einfach vegetarischen Fleischersatz zaubern!:

Kurzbeschreibung Fleischlos essen rockt!:-) Nicht nur für Vegetarier oder Veganer! Denn es macht sich ein neuer Trend breit: Teilzeitvegetarier und oder Teilzeitveganer. Und damit ist nicht die Zeit zwischen Fleisch-Mittagessen und Fleisch-Abendessen gemeint;-). Immer mehr Menschen merken, dass fleischlose Kost ihnen mehr Power gibt. Auch immer mehr Abenteuerlustige probieren die vegetarische oder vegane Küche aus und bleiben nicht selten daran hängen.:-) Und dann gibt es auch immer mehr Menschen, die von ihrem Arzt die Diagnose Rheuma oder Gicht oder etwas Ähnliches bekommen. Und mit dieser Diagnose gleich die Empfehlung den Fleisch- und Wurstkonsum zu reduzieren. Doch oh Schreck! Was nun? Was soll denn ab jetzt auf dem Teller liegen? Eine einsame Erbse neben der zerkleinerten nicht gerade appetitlich aussehenden Möhre? Und dazu ein Stück wackeliger geschmackloser Tofu?;-) Aaaaalles Schnick-Schnack. Diese Zeiten sind vorbei (wenn es sie denn überhaupt mal gab). Wir können doch mehr, oder?;-) In diesem Buch zeige ich Dir, wie Du ganz einfach und schnell vegetarischen Fleischersatz zaubern kannst. Nicht aus Tofu, sondern aus Weizeneiweiß. Also Eiweiß aus heimischem Getreide. Das Witzige dabei ist, dass es aussieht wie Fleisch und durch eine gute / richtige Mischung aus Kräutern und Gewürzen auch ziemlich ähnlich schmecken kann. Damit kannst Du einen Fleischersatz zaubern, der wirklich schmeckt auch Deinen Kindern. Sogar Deine Fleisch essenden Freunde werden Dich nach dem Rezept dafür fragen.:-) Egal ob vegetarische Bolognese, vegetarische Lasagne oder auch vegetarisches Gyros und vegetarische Schnitzel in diesem Buch findest Du alle leckeren Rezepte, die Du brauchst. Das Beste dabei ist, Du brauchst nicht aufwendig einkaufen zu gehen die meisten Zutaten hast Du wahrscheinlich schon zu Hause. Und die Gerichte sind so einfach nach zu kochen, dass Du keine Vorkenntnisse brauchst, sondern direkt loslegen kannst. Kinderleicht vegetarisch kochen! Ein Buch für alle Vegetarier, Veganer und alle die Ihren Fleischkonsum einschränken wollen oder müssen. Jetzt kaufen!