

[Free download] Kracht kocht: vegetarisch-vegan

## Kracht kocht: vegetarisch-vegan

Von Marion Kracht

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



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrang: #394550 in BcherMarke: CadmosVerffentlicht am: 2015-04-08Abmessungen: 9.49 x .79b x 8.27l, Einband: Taschenbuch128 Seiten | File size: 52.Mb

**Von Marion Kracht : Kracht kocht: vegetarisch-vegan** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Kracht kocht: vegetarisch-vegan:

ProduktbeschreibungMeine vegetarisch-vegane KcheBroschiertes BuchSeit einem Indienaufenthalt im Jahr 1989 ist Marion Kracht berzeugte Vegetarierin, nicht nur aus gesundheitlichen und ethischen Grnden, sondern auch, weil sie die vegan-vegetarische Ernhrung als positiven Beitrag zum Klimaschutz versteht. Aus dieser Grundhaltung heraus entwickelte sie die Produktlinie Vevenga, mit der sie eine Alternative zur herkmmlichen Ernhrung bieten will, und das ohne erhobenen Zeigefinger Ihr drft nicht . Dahinter steht aber auch die Idee, schnell und ohne Aufwand schmackhafte und gleichzeitig gesunde Gerichte mit Feinst-Qualitt auf den Teller zu bringen.Das vorliegen Buch ist ihr daher eine Herzensangelegenheit: Es ist ein sehr persnliches Buch, in dem Sie viele ihrer eigenen Rezepte verrt.Smtliche Gerichte sind sowohl vegan als auch vegetarisch zuzubereiten. Im Rezept sind dazu jeweils Alternativen genannt. Dazu gibt es Tipps aus Frau Krachts Kchenpraxis und einen berblick ber von ihr verwendete Lebensmittel.

Kurzbeschreibung Seit einem Indienaufenthalt im Jahr 1989 ist Marion Kracht überzeugte Vegetarierin, nicht nur aus gesundheitlichen und ethischen Gründen, sondern auch, weil sie die vegan-vegetarische Ernährung als positiven Beitrag zum Klimaschutz versteht. Aus dieser Grundhaltung heraus entwickelte sie die Produktlinie Vevenga, mit der sie eine Alternative zur herkömmlichen Ernährung bieten will, und das ohne erhobenen Zeigefinger Ihr drft nicht . Dahinter steht aber auch die Idee, schnell und ohne Aufwand schmackhafte und gleichzeitig gesunde Gerichte mit Feinst-Qualitt auf den Teller zu bringen. Das vorliegende Buch ist ihr daher eine Herzensangelegenheit: Es ist ein sehr persnliches Buch, in dem Sie viele ihrer eigenen Rezepte verrt. Smtliche Gerichte sind sowohl vegan als auch vegetarisch zuzubereiten. Im Rezept sind dazu jeweils Alternativen genannt. Dazu gibt es Tipps aus Frau Krachts Kchenpraxis und einen berblick ber von ihr verwendete Lebensmittel. ber den Autor und weitere Mitwirkende Marion Kracht ist bekannt als Filmschauspielerin. Sie spielte u.a. in Das Traumschiff , Soko , Diese Drombuschs etc.. Bis heute hat sie in ber 100 verschiedenen Fernseh-, Bhn- und Kinorollen gespielt. 1985 erhielt sie die goldene Kamera als beliebteste Schauspielerin. Hervorzuheben ist das soziale Engagement von Frau Kracht. Unter anderem hat sie seit Beginn der 1990er Jahre mehrere Patenschaften bei dem Kinderhilfswerk Plan International, ist dort Kuratoriumsmitglied, stellvertretende Vorsitzende bei der Fair Play Stiftung, Frdermitglied bei der Berliner Tafel und bernahm die Patenschaft fr die Aktion Biobrotbox 2009 2011. Besonders engagiert setzt sie sich fr die Belange Gehrloser ein. 2002 erhielt sie das Bundesverdienstkreuz.