

(Read ebook) Kstliche Krbis-Kche: Vegetarische Rezepte Mit Cartoons von Renate Alf

Kstliche Krbis-Kche: Vegetarische Rezepte Mit Cartoons von Renate Alf

Von Petra Mller-Jani, Joachim Skibbe

*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #660991 in BcherVerffentlicht am: 2013-06-01Abmessungen: 8.78 x .67b x 5.59l, Einband: Gebundene Ausgabe220 Seiten | File size: 25.Mb

Von Petra Mller-Jani, Joachim Skibbe : Kstliche Krbis-Kche: Vegetarische Rezepte Mit Cartoons von Renate Alf before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Kstliche Krbis-Kche: Vegetarische Rezepte Mit Cartoons von Renate Alf:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.

Zahlreiche leckere Rezepte und jede Menge Wissenswertes ber Krbis-Anbau und Verwendung. Von touche--
toutInhalt:- Der Krbis - bunt, gesund und lecker- Die groe Krbiswelt- Krbis im Garten- Gewrze rund um den Krbis-
Geheimtipps aus der Krbiskche- Das sollten Sie noch wissen- Praktische TippsRezeptteil- Gemsegerichte- Suppen und
Eintpfe- Pikantes aus dem Backofen- Beilagen und Snacks- Salate rund um den Krbis- Saucen, Dips und Partyhits-
Ses mit Krbis- Kuchen, Muffins und Pies- Die Autoren- Die Illustratorin- Bezugsquellen- Verzeichnis der RezepteEin
wirklich toll gestaltetes Buch rund um das Thema Krbis. Witzige Comic-Zeichnungen begleiten uns durch dieses
interessante Krbis-Kochbuch, auf dem Cover macht uns ein orangener Krbis incl. Kchin Lust auf's Nachkochen der
zahlreichen wirklich sehr vielversprechenden Rezepte.z.B.: Karotten-Krbis-Frikadelle, gebackener Kokos-Krbis,
Gurkensalat mit Flaschenkrbis, Krbis-Kartoffel-Quiche, Krbis-Apfel-Auflauf, Krbiskern-Bratpfel, Ingwer-Krbis-
Konfitre, Foccacia mit Krbis, Mung-Dal-Krbis-Suppe, Papaya-Krbis-Suppe usw. Die Rezepte sind wie immer sehr
leicht verstdlich geschrieben und lassen sich somit auch leicht umsetzen. Wissenswertes ber die vielfltige
Krbiswelt. Einige Sorten werden ausfhrlich vorgestellt, auch erhalten wir Infos ber Saat, Zucht und Aussaat, ber die
Ansprche der Krbisse im Garten, Pflege und Bodenqualitt, Saatgut ziehen, Unkraut und Schdlinge. Auch welche
Gewrze zu Krbis passen erfahren wir in diesem tollen Buch. Praktische Tipps und "Kchegeheimnisse":- Grne
Krbiskerne- Bittermelonen-Crunchies- Gerstete Krbiskerne- Leckere Flaschenkrbisse- Schneiden, schlen, Kerne
entfernen- Krbispree- Tiefkhlen- Richtige Lagerung- Krbisse kaufen0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension
hilfreich. Kstliche Krbis-Kche Von Elke Bennighof Viel Auswahl und Sortenkunde zu dem Thema Krbis. Gesunde
Zutaten verwendet. Gratins, Salate, Gemse, Sspeisen und Gebck wird angeboten. Leckere Rezepte

Kurzbeschreibung Farbenfroh leuchtet uns der Krbis entgegen. Kaum ein anderes Gemse feiert seit Jahren eine
erfolgreichere Renaissance als das einstige Lieblingsgemse unserer Gromtter. Mit seiner Vielfalt an Farben und
Formen legt er es geradezu darauf an, wieder einen festen Platz in unserem Speiseplan einzunehmen - auch jenseits
von Halloween. Welch kstlicher Verwandlungsknstler der Krbis ist, zeigen Petra Mller-Jani und Joachim Skibbe mit
mehr als 100 vegetarischen Krbisrezepten in diesem Buch. Viele der Rezepte sind zudem vegan. Ob Gemsegerichte
aus aller Welt, Backofenspezialitten oder deftige Suppen, se Kuchen, Pies oder Eis - Krbisgerichte sind ebenso
vielseitig und lecker, wie es Sorten auf unserer Erde gibt. Eine ausfhrliche Warenkunde, praktische Hinweise zum
Ziehen eigener Krbisse im Garten sowie wertvolle Informationen zum gesundheitlichen Wert des beliebten Gemses
begleiten die Rezepte. Mit ihren Cartoons verleiht Renate Alf dem frhlichen Krbis zustzlich Pointe und Pep. Dieses
Buch eignet sich bestens als Geschenk fr Grtner und Kche gleichermaen. ber den Autor und weitere Mitwirkende Petra
Mller-Jani (frher Petra Skibbe), Jahrgang 1965, ist Heilpraktikerin, Physiotherapeutin und Yoga-Lehrerin. Nach
langjhriger selbststndiger Ttigkeit als Physiotherapeutin in Nrnberg und Heilpraktikerin bei Idar-Oberstein lebt und
arbeitet sie heute mit ihrem Mann in Colorado / USA. Seit 1997 als erstes Buch 'Backen nach Ayurveda - Kuchen,
Torten und Gebck' von Petra Mller-Jani im pala-verlag erschien, verfasste die Autorin sechs weitere Bcher zusammen
mit Joachim Skibbe. Als Petra Mller-Jani vor etwa 25 Jahren den Ayurveda kennenlernte, war sie fasziniert von dessen
ganzheitlichem Ansatz und Einfluss auf Krper, Geist und Seele. Seitdem liegt der Schwerpunkt ihres Interesses darin,
die universellen Prinzipien des Ayurveda vor allem in Bezug auf Ernhrung und Lebensstil in unseren westlichen
Kulturkreis zu bersetzen und so die Bedeutung der persnlichen Gesundheitsvorsorge zu betonen. Sie sagt selbst: 'Mit
unserem tglichen Essen und Lebensstil haben wir nicht nur einen groen Einfluss auf unser Wohlbefinden und unsere
Gesundheit, sondern auch auf die unserer Familie. Ganzheitliche Medizin beginnt in der Kche.' Petra Mller-Jani
studierte intensiv verschiedene Aspekte des Ayurveda, insbesondere die Bereiche der Ayurveda-Ernhrung, die
physiotherapeutischen Aspekte der Behandlungstechniken und Massagen, aber auch die altindische Philosophie,
Musik und Kultur - zu einem groen Teil auch in einem langjhrigen Aufenthalt im Ursprungsland Indien (Jiva-Institute,
Vrindavana U.P. / Indien). Sie lernte Shiatsu und manualtherapeutische Techniken, absolvierte eine Ausbildung in der
sdindischen Heilkunde Kalari-Chikitsa (Midgard Kalari, Markus Ludwig, Heilpraktiker) und unterrichtet als
ausgebildete Yoga-Lehrerin (Yoga Vidya University, Trimbak / Nasik, Indien). Auch heute noch reist sie jhrlich mit
ihrem Mann nach Indien, um ihre Studien und Ausbildungen in Ayurveda, Kalari und Yoga weiter zu vertiefen und
die Familie ihres Mannes zu besuchen. Interessierte Leserinnen und Leser knnen ber den Verlag gerne Kontakt zur
Autorin aufnehmen. In seiner Naturheilpraxis behandelt Joachim Skibbe, Jahrgang 1958, nach dem Prinzip, dass Krper,
Geist und Seele eine Einheit sind und krperliche Beschwerden nur unter Bercksichtigung der individuellen
Konstitution und Persnlichkeitsmerkmale erfolgreich therapiert werden knnen. Nach eingehender Beschftigung mit
klassischer Homopathie, Bachbltentherapie, Fureflexzonen-Massage und Shiatsu traf er vor ber 25 Jahren auf den
Ayurveda. Beim Ayurveda faszinierte ihn besonders die Einbeziehung einer individuellen, typgerechten Ernhrung in
die Heilkunde. Joachim Skibbe studierte intensiv verschiedene Aspekte der Ayurveda-Medizin, insbesondere die
Bereiche der Ayurveda-Ernhrung und der Ayurveda-Lebenskunde, ebenso wie altindische Philosophie und Kultur, zu
einem groen Teil auch in langjhrigen Aufenthalten im Ursprungsland Indien.