

(Read free) Verführerisch: Rezepte für jede Jahreszeit

Verführerisch: Rezepte für jede Jahreszeit

Von Sophie Dahl

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



 Download

 Read Online

Produktinformation - Verkaufsrang: #208427 in Bücher Veröffentlicht am: 2015-03-09 Abmessungen: 9.65 x 1.14b x 6.85l, Einband: Gebundene Ausgabe 304 Seiten | File size: 41.Mb

Von Sophie Dahl : Verführerisch: Rezepte für jede Jahreszeit before purchasing it in order to gauge whether or not it would be worth my time, and all praised Verführerisch: Rezepte für jede Jahreszeit:

Kundenrezensionen Hilfreichste Kundenrezensionen 5 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Genuss ohne Reue Von Ira Moritz Worum geht's? Sophie Dahl hat Zeit ihres Lebens immer mit Gewichtsproblemen gekämpft. Mal war sie moppelig dann wieder gertenschlank, häufig aber mit Hilfe irgendwelcher Radikal-Dieten. Man kann sich vorstellen wie grausam das gewesen sein muss, eine Diät, die aus Ttensuppen und trockenem Pita-Brot besteht, klingt einfach furchtbar! Irgendwann hatte sie dann keine Lust mehr zu diesem ständigen auf und ab, dem ganzen lustfeindlichen Diät-Terror und sie hat sich inspiriert durch die Erinnerung an ihre Großmutter Gee-Gee, bei der sie als Kind viel Zeit verbracht hat, daran gemacht, statt Kalorien zu zählen, sich wieder mit gesundem genussvollem Essen

intensiver zu beschäftigen, denn in ihrer Familie wurde schon von jeher immer gerne gut gegessen. Sophie Dahl hat es sich zur Aufgabe gemacht, aufgrund ihrer ganz persönlichen Erfahrungen, Menschen dabei zu helfen, einen Ernährungsstil zu finden, der sich in einen normalen Alltag integrieren lässt, der schmeckt und vor allem durchzuhalten ist. Und propagiert dabei, ein Prinzip, das wir alle lange kennen: "Iss gesund und mäßig und möglichst nicht mehr als 3 Mahlzeiten am Tag." Was ist drin? Der Inhalt gliedert sich zunächst nach Jahreszeiten, geordnet nach Herbst, Winter, Frühling, Sommer und enthält dann viele schöne Ideen für die unterschiedlichen Mahlzeiten des Tages. Der Anspruch der Autorin ist es saisonal zu kochen und es wird eine leichte Küche mit Fisch, Fleisch (Lamm oder Geflügel) und vor allem mit viel Salat und Gemüse präsentiert, die leicht nach zu kochen ist, ohne dass eine ellenlange Zutatenliste vorher abgearbeitet ist. Die Rezepte sind ehrlich und ohne zu viel Schnick-Schnack. Das Ganze ist ein Mix aus moderner Cross-Over-Küche mit einem Touch hin zur vollwertigen Ernährung. Persönlich habe ich das folgende probiert und war angenehm überrascht, wie einfach alles zu zubereiten war: Indische Skartoffel-Pfannkuchen Tintenfisch-Salat mit gegrillten Paprikaschoten und Korianderdressing Gegrillte Feigen mit Ricotta und Thymianhonig Wer ist die Autorin? Sophie Dahl, geboren 1977, ist die Enkelin von Roald Dahl, Ex-Model, Ehefrau von einem der bekanntesten britischen Jazz-Musiker (Jamie Cullum), Fernseh-Köchin und neuerdings auch Kochbuchautorin und gehört in England zu ersten Garde der Stars der Szene. Was ist besonders? Die Ausstattung des Buches ist hochwertig, es gibt fast zu jedem Rezept ein schönes Foto, aber wirklich besonders ist das Erzähltalent der Autorin und die vielen autobiographischen Einschübe und Texte zu den Rezepten. Es macht ungeheuer Spaß in dem Buch zu schmökern und Sophie Dahl z. B. nach Paris zu Karl Lagerfeld zu begleiten und mit ihm bei gutem Essen und noch mehr Rotwein bis zum Morgenrauen in seiner beeindruckenden Bibliothek zu sitzen. Alles liest sich kurzweilig und unterhaltsam und lässt die so präsentierten Rezepte irgendwie zu netten alten Bekannten werden. Fazit: Mir hat das Buch sehr gefallen, gerade wegen der vielen kleinen sehr unterhaltsamen persönlichen Geschichten und Anekdoten aus dem Leben von Sophie Dahl. Ein Wohlfühlkochbuch, das mit leckeren, alltagstauglichen Rezepten, ansprechenden Fotos und durch den sympathischen sehr persönlichen Stil der Autorin zu überzeugen weiß. 3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Jahreszeitlich strukturiertes Kochbuch Von M. Lehmann-Pape Nach den Jahren ihrer erfolgreichen Koch-Show im britischen Fernsehen legt Sophia Dahl nun wiederum ein durchaus umfangreiches, in sich klar gegliedertes Kochbuch vor. Jahreszeitlich in den Zutaten und Rezepten geordnet nach Herbst, Winter, Frühling, Sommer und in sich dann noch einmal unterteilt in die Tageszeiten (Frühstück, Mittagessen, Abendessen) ist es zunächst ein leichtes für den Leser, sich in diesem Buch zurecht zu finden. Wozu unter anderem auch die übersichten verhelfen, die den jeweiligen Jahreszeiten geordnet vorweggestellt sind. Leider fehlen in diesen konkreten Rezeptübersichten im Buch zunächst die Seitenzahlen, so dass ein wenig blättern nötig ist. Vor allem für jene Leser, denen es nur um die Rezepte und weniger um die ausführlichen Einleitungen zu den einzelnen Abschnitten im Buch, in denen Sophia Dahl ihren persönlichen Zugang biographisch erzählt. Einschübe, die für jene Leser interessant sind, welche an Sophia Dahl als Person interessiert sind, die aber für die konkreten Rezepte wenig austragen (was ebenso für die persönliche Einleitung des Buches gilt). Die Rezepte selber allerdings lohnen die Lektüre und das Nachkochen durchaus. überwiegend nicht kompliziert gehalten (auch wenn das ein oder andere größere Gericht dabei ist), finden sich doch viele kreative Anregungen. Ob ein Musikerfrühstück mit selbstgebackenem Brot und Parmaschinken oder ein Kurkuma-Tofu mit Pilaf, ob eine Salatsuppe oder ein ausgewachsenes Kokosnuss-Curry mit Garnelen. Ob ein Wackelpudding mit gewissem Pfiff oder ein einfaches Bananenbrot. Viel Gemüse und Salat, viel Fisch, der in verschiedenen Varianten eine Rolle spielt, hier und da Geflügel oder Lamm, eine leichte Küche ist es, die Sophie Dahl in einfachen, aber anregenden Kreationen mit der ein oder anderen exotischen Zugabe anbietet. Rezepte, die ohne großen Aufwand zu kochen oder herzurichten sind und bei denen es sicherlich Freude bereitet, die verschiedenen Zutaten zu besorgen. Mit Leidenschaft kochen, das ist das Credo der Autorin und des Buches und Engagement kann man den Rezepten dabei durchaus abgewinnen. 1 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Wunderbar. Herzerwärmend. Lecker. Von Bine 1278 Vor zwei Jahren geschenkt bekommen ist es mir heute wieder in die Hände gefallen. Ich habe viele Kochbücher und Unmengen an Rezepten, da ich selber gerne esse als auch koche. Für mich ist das kein Muss sondern Hingabe und Hobby. Kochen mit Leidenschaft und der bewusste und gesunde Umgang mit Lebensmitteln ist es, was die Autorin erfolgreich vermittelt. Es gibt viele kleine Geschichten drumherum, die Rezepte sind alle leicht verständlich und einfach nachzukochen. Die hübschen Bilder sind grandios. Ein ganz tolles Buch. Absolute Kaufempfehlung.

Pressestimmen Einfache Anleitungen und tolle Bilder regen den Appetit an und laden zum bewussten Schlemmen ein., Wohnen Garten - Landhaus, Maresa Dusek-Paluch, 01.03.2016 Mit opulenten Bildern, charmanten Texten und ausgesuchten Rezepten bietet Sophie Dahl in diesem Buch einen sehr persönlichen und charmanten Einblick in ihr Leben und verführt mit ihrer unverstellten Freude am Genießen., das magazin, 22.02.2016 Dieses Buch wirkt auf mich wie ein Gespräch unter Freundinnen., beckysdiner.wordpress.com, Becky, 14.10.2015 Mit opulenten Texten, illustriert mit eigenen Zeichnungen, und ausgesuchten Rezepten, von denen jedes eine kleine Geschichte erzählt, ist das Buch ein Kunstwerk für alle Sinne., Bayerischer Rundfunk 2 "Diwan. Bchermagazin", Lukas Hammerstein,

27.06.2015 Werbetext "Was für ein Vergnügen!" Jamie Oliver Kurzbeschreibung Ihre Großmutter Gee-Gee vermittelte ihr die Vorliebe für Polenta, Grünkohl und Zitronenkuchen; der Großvater Roald vererbte ihr seine Leidenschaft für Schokolade, Borschtsch und Burgunder. Die ganze Familie ist begeistert vom Essen, und so ist es kein Wunder, dass Sophie Dahl als Model mit Rubens-Figur berühmt wurde die sinnliche Antwort auf Kate Moss. Heute ist sie nicht minder erfolgreich mit ihrer Philosophie des Genuss-Essens: kein Kalorienzählen, sondern erfrischende Wellness-Küche. Mit opulenten Bildern, charmanten Texten und ausgesuchten Rezepten bietet Sophie Dahl in diesem Buch einen sehr persönlichen und charmanten Einblick in ihr Leben und verführt mit ihrer unverstellten Freude am Genießen.