

(Free and download) Einfache Familienkche: vegan. sojafrei

Einfache Familienkche: vegan. sojafrei

Von Stefanie Beis

ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



Einfache Familienküche.

vegan.
sojafrei.

Rezepte und Tipps

DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #811440 in BcherVerffentlicht am: 2013-11-08Abmessungen: 9.69 x .19b x 7.44l, .39 Pfund Einband: Taschenbuch88 Seiten | File size: 53.Mb

Von Stefanie Beis : Einfache Familienkche: vegan. sojafrei before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Einfache Familienkche: vegan. sojafrei:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr kleines Heft mit wenig Rezepten fr ein vernnftiges MittagessenVon iHab das Buch vor ca 5 min ausgepackt. Bin leider ziemlich enttuscht.Ich hatte mich schon auf ein Buch gefreut, welches fr die alltagskche taugt, Vegan ist und vorallem welches sich mit berall zugngigen und nicht exotischen Lebensmittel befasst.Naja im groen und ganzen stimmt das schon so. Aaaber...Das Buch ist zum einen wirklich ziemlich klein, knnte eher als Broschre durchgehen. Die Seiten werden mit grosser Schrift gefllt, dass auf jede Seite nur 1 Rezept passt, egal wie simpel und knapp es auch ist.Es werden Seiten mit unzhligen Dipps verschwendet, gefolgt von berall bekannten Suppen, die ohne hin Vegan sind und wofr Man oder Frau die tglich ihre Familie bekocht keine Rezepte braucht. Genau so bei den vielen Salat Rezepten.Zum anderen strt es mich, dass es als Familienkchen-Rezeptbuch nicht wirklich viele Ideen zur Hauptspeise

gibt. Die Paar wenigen Hauptspeisen sind meiner Meinung nach eher Beilagen. De sweiteren wird auf das Thema Vegan nicht wirklich eingegangen. Die fr mich einzige brauchbare Anregung in diesem Heft ist die Cashewsahne, welche ich morgen gerne mal ausprobieren mchte (daher dann gutgemeinte 2 Sterne)Die Cashewsahne wird dann auch in vielen weiteren Rezepten angegeben.Nur mit der Info vom Anfang des Heftes Kuhsahne durch Cashewsahne zu ersetzen braucht es doch keine weiteren Rezepte zu Pilzrahmsauce, oder sehe ich es Falsch?Zusammengefasst: Ich bereue so viel Geld ausgegeben zu haben und denke jeder der halbwegs kochen kann braucht dieses Heft NICHT2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Einfache Familienkche. Vegan, sojafrei.Von IngoEin kleines, nettes, hilfreiches Kochbuch, bersichtlich und liebevoll gestaltet, ntzlich fr Leute, die einen Allergiker bekochen wollen. Die Rezepte sind einfach und keineswegs zeitaufwendig. Zu Empfehlen.5 von 6 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Einfache Familienkche - einfaches BuchVon Sebastian ReusVegane Kochbcher sind im Trend. Leider meinen immer mehr selbsternannte Hobbykche auf diesen Trend-Zug aufspringen zu mssen.Dieses Bchlein ist nicht nur berteuert, sondern es ist einfach nur eine simple, langweilige Rezeptesammlung... bzw. brauche ich fr Croutons (Brotwrfel) oder einen Parmesan-Ersatz berhaupt ein Rezetebuch?

KurzbeschreibungSojafreie Rezepte und Tipps aus der alltglichen veganen Familienkche.Das bedeutet: einfache Zubereitung mit leicht erhltlichen Zutaten, die Verwendung von mglichst regionalen, frischen und biologisch angebauten Obst-, Gemse- und Getreidesorten. Dazu gehen aber auch Gerichte, die sich aus dem Vorrat zaubern lassen, sowie eine gute Resteverwertung.Bei den Rezepten handelt es sich um nachkochbare Familienrezepte, Eigenkreationen und bearbeitete neue Rezepte, die sich gut kombinieren lassen, abgedert werden knnen und zum Experimentieren einladen.ber den Autor und weitere MitwirkendeStefanie Beis, Jahrgang 1967, ist verheiratet, Mutter von 3 Söhnen und lebt mit ihrer Familie im schwabischen Backnang. Schon fruh wurde sie durch ihre Mutter an die Kunst des Kochens herangeführt und erhielt so die Grundlage für ihre spätere Ausbildung als Fachgehilfin im Gastgewerbe. Während ihrer Lehr- und Berufsjahre ging sie nicht nur Kuchenprofis zur Hand. Sie erarbeitete sich auch ein umfangreiches Wissen über die Zubereitung von Speisen mit den verschiedensten Zutaten. Im Laufe der Jahre erweiterte sie diese Wissen um viele Variationen, nicht zuletzt auch, um die gesundheitlichen Probleme ihres jüngsten Sohnes über die vegane, sojafreie Ernährung in den Griff zu bekommen. Ihre Welt des Kochens und Genießens erweiterte sich dadurch um ein Vielfaches, wie vorliegendes Buch eindrucksvoll beweist."