

(Free download) Junge Vegane Küche: gesund, vielfältig und einfach lecker

Junge Vegane Küche: gesund, vielfältig und einfach lecker

Von Philip Hochuli

ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #456390 in BcherMarke: Pro BusinessVerffentlicht am: 2012-12-17Abmessungen: 9.49 x .59b x 7.05l, Einband: Taschenbuch112 Seiten | File size: 48.Mb

Von Philip Hochuli : Junge Vegane Küche: gesund, vielfältig und einfach lecker before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Junge Vegane Küche: gesund, vielfältig und einfach lecker:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen25 von 25 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Fr mich eines der Besten!Von H. BraunIch versuche, mich weitgehend vegan zu ernhren und bin immer auf der Suche nach leckeren und schnell zuzubereitenden Rezepten.Cover, Format und Preis des Buches haben mich erst vor dem Kauf abgeschreckt. Habe es dann aber aufgrund der guten Kritiken doch gekauft - ZUM GLCK!Fr meine Bedrfnisse mit eines der besten Kochbcher!Ich probiere, seit ich es habe, tglich neue Rezepte aus. Bisher fand ich alles lecker und - was ich wirklich toll finde, sie waren alle recht schnell zuzubereiten!Auch in diesem Buch gibt es neben (fr

mich) vielen neuen Rezepten, einige "Dauerbrenner", die in fast jedem veganen Kochbuch zu finden sind (Spaghetti Carbonara, Mayonaise, Kse-Ersatz,...).Allerdings finde ich die Varianten von Philip Hochuli bisher durchweg am besten!Auerdem: Verzicht auf no-egg-Ersatz und keine Soja-Granulat oder sonstigen Fleischersatz-weichmichein-und-windemichaus-Zutaten...DANKE fr dieses Buch!19 von 19 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Darf in keiner Kche fehlenVon IIWagNach dem Auspacken war ich enttuscht. Was?! Fast 23 fr ein zusammengebundenes Heftchen?! Habe lange berlegt ob ich es unausgepackt zurckschicken soll. Hab es dann Gott sei Dank doch nicht getan.Neben kleinen Tipps fr Anfnger wie man zum Beispiel ganz einfach Eier beim Backen ersetzt oder wie man testen kann ob der Kuchenteig schon durchgebacken ist, bietet das Buch eine groe, wirklich querbeetein umfassende Auswahl an verschiedensten Gerichten.Es enthlt verschiedene Varianten Kse und die gngigen "Grundsoen" (Bchamelsoe, diverse Salatsoen). Eine Sternekochbuch sollte man beim Kauf nicht erwarten, dafr aber sehr viele abwechslungsreiche und auch fr den Alltag sehr gut und schnell umsetzbare Gerichte. Es erwarten eine keine ellenlange Rezepte in denen die exotischsten Zutaten verarbeitet werden um besonders originell zu sein.Schn ist auch die deutliche Extrakennzeichnung fr Allergiker.Auf keinen Fall zu kurz kommt auch das "se Abteil". Cremes, Konfekt, diverse Kuchen, Schnecken,Brownies, Cantuccini, Amarettini, Muffins, Eiscreme, alles was das Veganerherz, vielleicht auch von "fher", vermisst.Dieses Buch sollte als Grundstock in jeder Kche liegen!8 von 8 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Because small steps DO matterVon Knig der MaulwrfeDas Buch Junge Vegane Kche von dem Schweizer Philip Hochuli ist ein tolles Kochbuch fr Einsteiger und Fortgeschrittene in der veganen Kche.Der erste Eindruck von dem Buch ist sehr positiv. Es kommt im praktischen Ringbuch-Einband und ist daher hervorragend fr den Kcheneinsatz geeignet, weil sich dadurch keine Seiten zurckblttern oder man keine Seiten umklappen und knicken muss, damit die gewnscht Seite aufgeschlagen bleibt (Riesenvorteil zB wenn man mit den Hnden gerade Teig knetet oder so und somit die Hnde nicht zum Zurckblttern benutzen kann).Es existieren zu jedem Rezept (im Hauptteil) Fotos, die gut fotografiert und auf denen die Gerichte schn angerichtet worden sind. Gut finde ich auch, dass die Rezepte jeweils auf der linken Seiten stehen, die Fotos dazu auf den rechten Seiten abgedruckt sind. Somit hat man immer beim Zubereiten das entsprechende Gericht vor Augen und kann sich auch optisch etwas daran halten.Die Rezepte sind in 3 Kategorien (Allerlei, Hautgnge und Ses) geordnet und davor kommt noch ein kleiner allgemeiner Teil mit Basisrezepte (Saucen, Teige etc.).Das Kochbuch beginnt mit einer kleinen Vorstellung des Autors und einer kleinen Einleitung. Danach erffnen die Rezepte knapp 100 Seiten bevor nochmal ein kleiner Teil mit Tipps und Hinweisen und einem Inhaltsverzeichnis das Buch abschlieen.Zu den Rezepten:Die Rezepte sind meist mit Zutaten gemacht, die berall recht einfach zu erhalten sind, nicht mit Zutaten, die erst umstndlich im Internet bestellt werden mssen, sondern im Supermarkt, Reformhaus und im Bioladen erhltlich sind. Die Rezepte sind zustzlich fr Allergiker gekennzeichnet, ob sie zB gluten- bzw sojahaltige Zutaten enthalten, so dass Allergiker sich entsprechend Rezepte herausuchen knnen.Gestaffelt in Basics, Allerlei, Gemse, Hauptgnge und Sses fangen sie mit Salatsaucen, Kserezepten, Mayonnaise, Teigen, Salaten an, strecken sich ber leckere Gemsegerichte, herzhaften Hauptgerichte und zum Schluss gibt es leckere Desserts, Kekse, Kuchen und auch se Frhstcksideen (zb Zimt-Knupermsli mit gersteten Mandeln).Dieses Buch macht sofort Laune die Speisen nachzukochen. Auch bei nichtveganer Verwandtschaft kamen die Rezepte sehr gut an, da sie einfach nachzukochen sind und durch die Zutatenwahl (keine extravaganten exotischen Zutaten) nicht das Klischee bedienen, dass veagn teuer ist und nur mit aussergewöhnlichen Zutaten gekocht wird.Die bisher ausprobierten Rezepte (u.a. die sehr zu empfehlenden Rezepte Magenbrot und Foccachia) sind sehr einfach nachzukochen, ausreichend und verstndlich beschrieben. Die Ergebnisse sehen wirklich aus, wie die Abbildungen im Buch zeigen und schmecken sehr vorzglich.Rundherum ein prima Buch fr Einsteiger und Fortgeschrittene der veganen Kche, welches ausnahmslos empfohlen werden kann, fr den eigenen Bedarf oder auch als Geschenk.Wie Philip Hochuli am Ende des Buches schreibt: Because small steps do matter.

ProduktbeschreibungPhilip Hochulis "Junge Vegane Kche" verbindet Genuss und Vielfalt mit den Vorteilen der rein pflanzlichen Ernhrung wie Gesundheit, Wohlbefinden, Umwelt- und Klimaschutz. ber 100 leckere Rezepte mit tollen Bildern machen Lust aufs Nachkochen. "Weniger oder keine tierische Nahrungsmittel zu essen ist einer der wirksamsten Beitrge zum Klimaschutz, die jeder Mensch leisten kann. Philip Hochuli zeigt in seinem Buch, dass es dabei nicht um Verzicht, sondern um eine neue Kreativitt beim Kochen geht." Greenpeace "Dieses Kochbuch erleichtert mit seinen schmackhaften, leicht nachzukochenden Rezepten den Umstieg zur veganen Ernhrung. Damit frdert man nicht nur seine eigene Gesundheit, sondern schont auch die Umwelt und trgt aktiv zum Schutze der Tiere bei." Schweizerische Vereinigung fr Vegetarismus (SVV) "Philip Hochuli beweist mit seinem aufwendig gestalteten Erstlingswerk eindrcklich die Vielfalt der veganen Kche." Peter Buff, Restaurant Lgernstbli, Boppelsen

KurzbeschreibungPhilip Hochulis "Junge Vegane Kche" verbindet Genuss und Vielfalt mit den Vorteilen der rein pflanzlichen Ernhrung wie Gesundheit, Wohlbefinden, Umwelt- und Klimaschutz. ber 100 leckere Rezepte mit tollen Bildern machen Lust aufs Nachkochen. "Weniger oder keine tierische Nahrungsmittel zu essen ist einer der wirksamsten Beitrge zum Klimaschutz, die jeder Mensch leisten kann. Philip Hochuli zeigt in seinem Buch, dass es dabei nicht um Verzicht, sondern um eine neue Kreativitt beim Kochen geht." Greenpeace - "Dieses Kochbuch

erleichtert mit seinen schmackhaften, leicht nachzukochenden Rezepten den Umstieg zur veganen Ernährung. Damit fördert man nicht nur seine eigene Gesundheit, sondern schont auch die Umwelt und trägt aktiv zum Schutze der Tiere bei." Schweizerische Vereinigung für Vegetarismus (SVV) - "Philip Hochuli beweist mit seinem aufwendig gestalteten Erstlingswerk eindrücklich die Vielfalt der veganen Küche." Peter Buff, Restaurant Lägerstbli, Boppelsenberg den Autor und weitere Mitwirkende Philip Hochuli, geboren am 21.4.1991 in Zürich, studiert Volkswirtschaftslehre an der Universität Zürich. Er ist selbstgelernter Koch und frischgebackener Kochbuchautor. 2012 wohnte er in Winterthur (Schweiz). Er möchte mit seinem Buch die gesundheitlichen Vorteile der pflanzlichen Küche vermitteln, einen grossen Beitrag zum Klima- und Umweltschutz leisten und zum Wohle der Tiere beitragen.