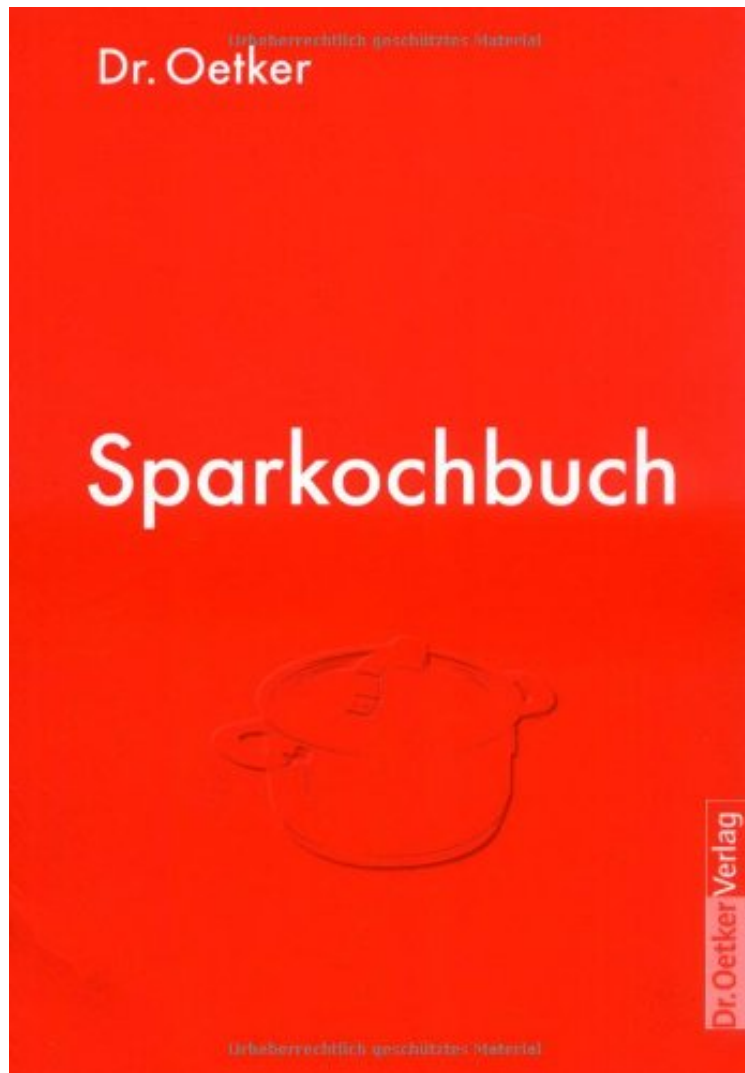


(Free download) Sparkochbuch

Sparkochbuch

Von Dr. Oetker

ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #271768 in BcherVerffentlicht am: 2009-09-16Abmessungen: 7.87 x .47b x 5.51l, Einband: Broschiert160 Seiten | File size: 63.Mb

Von Dr. Oetker : Sparkochbuch before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Sparkochbuch:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen11 von 11 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Leckere, ausgewogene Ernährung fr wenig GeldVon Vera Schott Media-Mania.deDie Rezepte sind nach dem bei Dr. Oetker blichen Muster aufgebaut: ber dem Titel des Rezepts findet man eine knappe Charakteristik des Rezepts wie beispielsweise Einfach gut", Gut vorzubereiten", Klassisch" oder Schnell". Unter dem Titel folgen die Zutaten, unterteilt nach den einzelnen Komponenten des Essens. Die Anleitung ist in mehrere, durchnummerierte Abstze gegliedert und das Rezept enthlt zustzlich Nhrwertangaben sowie Angaben zur Zubereitungs- und Garzeit. Zustzlich

umfasst jedes Rezept eine Fotografie des fertigen Gerichts und den ungefähren Preis pro Portion. Es ist wirklich erstaunlich, wie viel man mit wenig Geld kochen kann. Das Buch bietet eine bunte Vielfalt an Gerichten und Beilagen, so dass für jeden Geschmack ein passendes Rezept dabei ist. Besonders hervorzuheben ist dabei auch, dass die Vegetarier und Gemüsesfans nicht vergessen wurden. Bei einigen Rezepten sollte man jedoch für sich selbst noch mal überlegen, ob der Preis hinkommt beziehungsweise ob von der Portion alle am Tisch satt werden. Dies gilt vor allem für die Fisch- und Fleischgerichte, denn in den meisten Fällen sollte man noch eine Beilage dazu einplanen. Das wurde natürlich nicht in den Grundpreis mit eingerechnet. Dafür kann man aber im Beilagenkapitel fix eine Beilage auswählen und den Preis dazu addieren - alles kein Problem! Bei Dr. Oetker eher selten ist der ausführliche Ratgeber. Im Endeffekt enthält der Ratgeber nochmals gebündelt einige Informationen, wie man weiter Geld sparen kann und man mit etwas Planung und einer vernünftigen Vorratshaltung die Familie satt bekommt, sie gleichzeitig gesund ernährt und Geld spart. In der Theorie hört sich das auch alles ganz einfach an, in der Praxis benötigt man zur Umsetzung jedoch Übung, wie in fast jedem Bereich. Die Rezepte sind - wie in vielen Kochbüchern üblich - meist für vier Personen ausgelegt. Kocht man für ein bis zwei Personen, so eignen sich die meisten Rezepte dennoch, da sie so gewählt sind, dass das Aufwärmen am nächsten Tag kein Problem darstellt. Lobend hervorzuheben ist auch, dass es sehr viele leichte Rezepte gibt. So wurde bei einigen Rezepten auf Milch zurückgegriffen, anstatt Sahne zu verwenden, und auch der Umgang mit Öl und Butter ist merklich sparsamer. Sicherlich ist es bei Rezepten wie Kesselpfanne, Ravioli-Käse-Auflauf oder Blätterteigpastetchen mit Leberwurst kein Diktator-Kochbuch, aber man kann sich ausgewogen und gesund damit ernähren. Die Fotografien haben eine im Durchschnitt gesehen gute Qualität und die Rezepte sind wie beim Verlag üblich so beschrieben, dass man sie leicht nachkochen kann. Insgesamt ein sehr gelungenes Buch. 2 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Es ging billiger. Von Samya Daleh. Dieses Buch ist für sparsame Hobbyköche gedacht und enthält nach Kapiteln aufgeteilt: Eintöpfe, Salate, Fischgerichte, Fleischgerichte, Desserts und weitere. Zu jedem Rezept findet man den ungefähren Preis und die Nährwertangaben. Zu den meisten Rezepten gibt es ein Bild und bei manchen Rezepten findet man Varianten zur Abwandlung. Am Anfang finden sich weitere Tipps zum Sparen beim Einkaufen oder Energiesparen beim Kochen. Aufpassen: Bei manchen Gerichten kann man noch mehr sparen, was aber nicht angegeben ist! Z.B. nehme ich oft saure Sahne statt Crème fraîche, wenn sie billiger ist. Außerdem wird in einigen Rezepten Wein verwendet, was ich dann weglassen. Schmeckt ja auch so und wer weiß, wann das alle wird, wenn ich so selten mit Alkohol koche ... Außerdem sind einigen Zutaten zu manchen Zeiten des Jahres teurer. Tomatensalat z.B. ist eher was für Sommer und Herbst. Solche Angaben sucht man hier leider vergebens. Ansonsten kann ich das Buch sehr empfehlen, da findet garantiert jeder etwas Leckeres drin. 3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Da gibt's besseres. Von Grosseblonde. Ein sehr dünnes Buch im wahrsten Sinne. Nicht schlecht, aber bei weitem auch nicht gut. Hatte mir mehr versprochen und es wird wohl demnächst auf dem Bücherflohmarkt landen....

Produktbeschreibung Kochbuch.

Kurzbeschreibung Neue Köchekalkulation - günstig, aber gut Preiswert kochen und gleichzeitig Gesundes und Leckeres bieten? Diese Sparrezepte beweisen: Das geht. Mit den entsprechenden Zutaten, Kreativität und der Gelinggarantie von Dr. Oetker steht dem Sparen und Genießen nichts im Weg!