

Nach "Gesund & Fit zum Wunschgewicht" ist dies das zweite Kochbuch von Daniela Herzberg mit rein veganen Rezepten. Dabei geht es ihr vor allem darum, schmackhafte und trotzdem nicht allzu aufwendige Gerichte zuzubereiten, bei denen selbst bislang überzeugte Fleisch- und Käse-Esser garantiert nichts vermissen. Die Vorteile auf einen Blick: - mit über 50 veganen Snacks & Startern - originelle Rezeptideen mit frischen & gesunden Zutaten - viele klassische Vorspeisen in neuem, veganen Gewand - mit kleiner Warenkunde für ungewöhnlichere Zutaten und jeder Menge Extra-Tipps

Rezeptüberblick: Suppen - Gazpacho andalus - Grünes Gazpacho mit Linsenbällchen - Rote Bete Gazpacho mit Tofu-Haselnussbällchen - Miso-Gemüsesuppe mit Sprossen - Klare Kürbis-Möhrensuppe mit Fenchel - Klare Curry-Gemüsesuppe - Amarant-Steinpilzcreme - scharfer Linsen-Südkartoffeleintopf - Südkartoffel-Kürbispudding - Kürbis-Apfelsuppe - Tomatencreme - Brokkoli-Cremesuppe

Salate - Rettichsalat mit Chili - Rohkostsalat mit Goma Dare Dressing - Grüner Avocadosalat mit warmer Senf-Sesamvinaigrette - Feldsalat mit Granatapfeldressing - Gemischter Salat mit Tofu-Erdnussdressing - Tomaten-Avocadosalat mit Trockenfrüchten - Blumenkohlsalat mit Rettich, Tomaten & Tofu - Quinoa-Salat mit Oliven & Pinienkernen - Rote Bete Apfelsalat - Veganer Kartoffelsalat - Curry-Reissalat

Warme Vorspeisen - Linsen-Pestotaler - Tortilla Española mit Mayonnaise - Wildtomaten-Bruschetta - Crostini mit Olivenpaste & Tomatenconfit - China-Frühlingsrollchen - Arabische Brotrollchen - Artischocken-Fritter - Südkartoffelpommes mit Ketchup - Falafel & Dillcreme - Kartoffelchips mit Auberginen-Tomatengemüse aus dem Ofen - Knuspriger Filoteig-Auflauf mit getrockneten Tomaten

Kalte Vorspeisen - eingelegte Pilze - eingelegte Paprika - Auberginen-Rollchen mit Tomatensoße - Caponata (sizilianische Auberginen-Antipasti) - Schweineohrchen mit Olivenpaste oder Tofu-Creme - Uramaki-Sushi mit Gemüse - Nigiri mit geröstetem Gemüse

Brot & Aufstriche: - Bauernbrot - Dinkelbrötchen - Dinkelciabatta - Kürbis-Gewürzbrot - Toskanabrot - Hummus - Paprika-Nuss-Aufstrich - Auberginen-Aufstrich - veganer Schmalz - Olivenpaste

Hmm upload this Vegane Snacks & Starter: Leckere und einfache Gerichte, die ganz ohne Fleisch, Fisch, Eier und Milchprodukte auskommen (Gesund & Lecker 2) (German Edition) pdf. Very thank to Archie Smith who share us a downloadable file of Vegane Snacks & Starter: Leckere und einfache Gerichte, die ganz ohne Fleisch, Fisch, Eier und Milchprodukte auskommen (Gesund & Lecker 2) (German Edition) with free. If you want the book, visitor should not post this ebook in our web, all of file of pdf on thepepesplace.com hosted at third party site. If you grab the pdf today, you must be save this pdf, because, I don't know while the ebook can be ready on thepepesplace.com. Click download or read now, and Vegane Snacks & Starter: Leckere und einfache Gerichte, die ganz ohne Fleisch, Fisch, Eier und Milchprodukte auskommen (Gesund & Lecker 2) (German Edition) can you get on your computer.