



Presseinformation

Margit Proebst

Niedrigtemperaturgaren

Reihe: GU KüchenRatgeber

64 Seiten, mit ca. 45 Farbfotos.

Format: 16,5 x 20 cm. Softcover mit Klappen

Preis 7,99 €(D) / 8,30 €(A) / 14,50 sFr

ISBN: 978-3-8338-0996-5



Auf die sanfte Tour

Mit 80° Grad zum vollem Genuss. Beim Niedrigtemperaturgaren kommt es nicht auf die Minute an, sondern auf die richtige Temperatur. Erfolgsautorin Margit Probst präsentiert im GU KüchenRatgeber **Niedrigtemperaturgaren** über 30 köstliche Fleisch-, Geflügel und Fischgerichte, die auf den Punkt gelingen.

Das Prinzip der sanften Garmethode ist schnell erklärt. Ebenso welche Kochutensilien dabei nützlich sind und wie man Fehler vermeidet. So bleiben die guten Stücke schön saftig und sämtliche Nährstoffe erhalten. Der Rezeptteil ist gespickt mit zarten Ofenleckereien für zwei oder vier Personen. Entenbrust mit Cranberry-Portwein-Sauce eignet sich am besten für ein romantisches Dinner for two, während das Lammkarree mit Zucchini-Minz-Püree sogar vier Gäste glücklich macht. Selbst große Braten für acht sind mit der beliebten Niedrigtemperatur-Methode ein Kinderspiel. Wer kann einem saftigem Roastbeef oder einem duftenden Hirschbraten schon widerstehen? Dazu gibt's außerdem ein extra Kapitel mit köstlichen Fischrezepten. Bei 100° Grad entfalten Lachs und Seeteufel ihr himmlisches Aroma. Zusätzliche Saucenrezepte zu Fisch und Fleisch machen das Küchenglück perfekt. Mit der praktischen Garzeittabelle und den bewährten '10 GU Erfolgstitips' kann hier garantiert nichts schief gehen.

Margit Proebst gründete nach ihrem Studium der Kunstgeschichte und Philosophie einen eigenen Partyservice. Sie arbeitete außerdem als Foodstylistin, bis sie ihre Liebe zum Kochen als erfolgreiche Autorin umsetzte. Von ausgedehnten Reisen durch Italien, Spanien und Frankreich, bringt sie regelmäßig Rezeptideen mit, die sie zu neuen Kochbüchern inspirieren.