



Presseinformation

Cornelia Schinharl

Crashkurs Vegetarisch

Superschneller Erfolg für Einsteiger

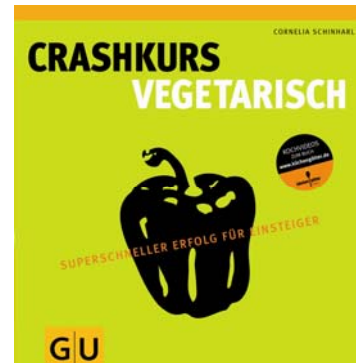
160 Seiten, mit ca. 250 Farbfotos.

Format: 23 x 24 cm. Softcover mit runder Ecke

Preis: 16,99 €(D) / 17,50 €(A) / 29,90 sFr

ISBN: 978-3-8338-1890-5

Erscheinungstermin: Februar 2010



Kücheneinmaleins minus Fleisch

Genuss geht auch ohne Fleisch. Der **Crashkurs Vegetarisch** ist ideal für alle, die große Lust auf grüne Küche und wenig Erfahrung mit dem Kochlöffel haben. Cornelia Schinharls schneller Kochkurs ist gespickt mit über 90 köstlichen, fleischlosen Zwei-Personen-Rezepten und perfekt auf Einsteiger zugeschnitten.

Los geht's mit einer kurzen Einführung rund um die ausgewogene vegetarische Ernährung. Clevere Warenkunde, jede Menge Einkaufstipps und bilderstarke Kochanleitungen in jedem Kapitel sorgen für schnelle Erfolgserlebnisse. So können Newcomer mit wenigen Worten und vielen Step-by-Step-Fotos ganz einfach vegetarisch kochen lernen! Die Rezepte reichen von modern bis klassisch und sind ganz übersichtlich nach Hauptzutaten sortiert. Appetit auf knackig frische Salate, leckere Nudelgerichte, Tofu oder Couscous & Co.? Hier ist garantiert für jeden Geschmack etwas dabei. Feurig scharfe Brokkoli-Spaghetti sind ruck zuck zubereitet. Völlig unkompliziert gelingen selbstgemachte Spargeltarte oder Hirsepuffer mit Tomatensalat. Ebenso fix werden aus süßen Früchtchen raffinierte Desserts: Bananensalat mit Granatapfelkernen oder Pfirsichgratin mit Amarettini schmecken einfach superlecker. Wer's genau wissen will, kann sich einzelne Zubereitungstechniken auf www.kuechengoetter.de als Videoclip ansehen. Sehen, lernen, kochen – mit **Crashkurs Vegetarisch** ist nichts einfacher als das!

Cornelia Schinharl's große Liebe gilt den kulinarischen Genüssen. Die erfahrene Food-Journalistin und Redakteurin zählt zu den erfolgreichsten GU Autorinnen. Für ihre Kochbücher bekam sie bereits zahlreiche Auszeichnungen, darunter vier Silbermedaillen von der Gastronomischen Akademie Deutschland und ein World Cookbook Award.