

Kurztext

Nicole Just

La Veganista: Mein selbst gemachter Power-Vorrat ... und was ich damit koche

ePub

15,99 € (D) / 15,99 € (A) / 23,00 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-5727-0



Schon mal Marmelade eingemacht oder Pastasauce auf Vorrat gekocht? Klar! Aber wer weiß schon, dass man auch Instantbrühe, Backmischungen oder Pflanzenmilch in der eigenen Küche zubereiten kann? La Veganista Nicole Just ist ein großer Fan von selbst gemachten Leckereien, von Nudeln über Tofu und Saucen bis zu Konfitüre und Schokocreme. Natürlich alles vegan! Und weils selbst gemacht am besten schmeckt, aber nicht jeden Tag Zeit für großes Aufkochen ist, verrät La Veganista, wie man Bolognesesauce, Pizzateig oder Burgerpattys fix und fertig einfrieren oder einkochen kann. Wenn es dann mal schnell gehen muss, entstehen mit ihren Rezepten aus den selbst gemachten Vorratsköstlichkeiten ruck, zuck leckere vegane Schlemmergerichte - das ist Fastfood homemade!