

Kurztext

Bettina Matthaei

Vegetarisch vom Feinsten

200 Seiten, mit ca. 130 Farbfotos

Format: 22,0 x 28,0 cm, Pappband

24,99 € (D) / 25,70 € (A) / 35,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-2165-3



Fleischloser Genuss ist der neue Szene-Lebensstil. Dabei sind die Gründe für den Verzicht auf Fleisch vielfältig, genauso die Formen der vegetarischen Ernährung. Bleibt die Frage, isst man als Vegetarier besser? Mit den Rezepten von Bettina Matthaei auf jeden Fall genussvoller. Sie hat für dieses Buch vegetarische Rezepte entwickelt, die kulinarisch beeindruckend und gleichzeitig so unkompliziert und lecker sind, dass man sie jeden Tag kochen möchte. Das funktioniert prima mit ihrem Stufenmodell. Da werden die gerösteten Paprika einfach mit einer Vinaigrette serviert oder zusätzlich mit einem feinen Walnuss-Thymian-Topping veredelt. Der Gazpacho-Salat wird durch ein Mandelpesto besonders und die Kartoffelpuffer ergänzt ein kühler Joghurt-Koriander-Dip. So entstehen fein komponierte Vorspeisen, selbstgemachte Nudeln, beeindruckende Hauptgerichte und verführerische Desserts, die sich leicht zu vielfältigen Menüs zusammenstellen lassen. Vegetarisch vom Feinsten.