

Kurztext

Marco Seifried

1 Brot - 50 Aufstriche

64 Seiten, mit ca. 55 Farbfotos

Nicht definiert

9,99 € (D) / 10,30 € (A) / 14,50 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-6877-1



Jeden Tag gut drauf sein – das hört sich gut an. Aber jeden Tag auf andere Art gut drauf zu sein - das ist nicht zu toppen! Mit dem GU-KüchenRatgeber 1 Brot - 50 Aufstriche liegt endlich nicht mehr der immer gleiche Wurst-Scheibenkäse-Belag auf der Stulle, sondern mit Sicherheit etwas, das pur ist, gesund, abwechslungsreich – und sich ganz schnell selber mixen lässt. Auch die Frage nach den Inhaltsstoffen erübrigt sich: Gesunde Nüsse, Frischkäse, Hülsenfrüchte und jede Menge Gemüse, das sich schnell cremig pürieren lässt, bilden die frische Grundlage für eine Riesenvielfalt an Aufstrichen, die den Griff ins Supermarktregal überflüssig machen. Ob Schoko-Nuss-Creme oder Erdbeer-Curd, Schinken-Aufstrich oder Zucchini-Pesto, Bärlauch-Butter oder Hummus: Mit diesen Rezepten findet jeder sein Lieblingstopping und kann vom Frühstück bis zum Partysnack, von der Lunchstulle bis zum Abendbrot mit gutem Gewissen ganz dick auftragen – 1 Rezept für selbstgebackenes Fladenbrot gibt es dazu on top!