

Kurztext

Gabriele Gugetzer

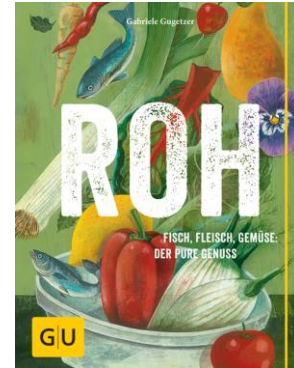
ROH

Purer Genuss!

ePub

19,99 € (D) / 19,99 € (A) / 29,00 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-4064-7



Roh, ist das nicht Rohkostsalat mit Möhren, Äpfeln und Zitronensaft? Braucht man für so etwas wirklich ein Kochbuch, wo es bei Roh doch eigentlich darum geht, nicht zu kochen? Ja! Erstens: Weil Roh und Rohkost zwei ganz verschiedene Dinge sind und es hier zweitens lauter Rezepte für Genießer gibt: Steak Tatar, Zucchini mit Pistazienpesto oder Papayaschiffchen mit Blaubeeren - und natürlich auch Klassiker wie Carpaccio, Ceviche und Smoothies. Das Tolle: Sie alle schmecken nicht nur sensationell, sie sind auch echtes Well-Food! Um sich etwas Gutes zu tun, müssen Sie natürlich nicht ständig roh essen. Zwar begleiten Sie die Rezepte vom Frühstück bis zum Abendessen, aber im Fokus steht vor allem, Ihre Geschmacksnerven zu überraschen. Denn von schönen Überraschungen kann man schließlich nie genug bekommen. Deshalb verraten hier auch vier Profiköche, welches ihre absolut bevorzugten rohen Delikatessen sind. Machen Sie es ihnen nach - der Experimentierlust sind keine Grenzen gesetzt!