

Kurztext

Angelika Ilies

Dampfgaren

Ohne Dampfgarer gleich loslegen

64 Seiten, mit ca. 55 Farbfotos

Format: 16,5 x 20,0 cm, Nicht definiert

4,99 € (D) / 5,20 € (A) / 7,50 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-6459-9



Dämpfen – das ist viel mehr als heiße Luft! Diese Zubereitungsart ist besonders schonend: Vitamine und Mineralstoffe bleiben optimal erhalten, genau wie das feine Aroma der Zutaten. Die kommen dabei nämlich erst gar nicht mit Wasser in Berührung, sondern werden in einem Aufsatz darüber vom Wasserdampf umhüllt, und so entsteht ein wunderbarer Geschmack. Sie möchten einen Beweis? Bitteschön, hier kommt der KüchenRatgeber „Dampfgaren“ voller köstlicher Belege: Spargel behält als Salat aus dem Dampf sein intensives Frühlingsaroma, Wirsing-Lamm, Paprika-Putenbrust oder Apfel-Kasseler bleiben beim Garen extra-saftig, und ein empfindliches Doradenfilet fällt bei dieser Zubereitung bestimmt nicht auseinander. Ob pur, mariniert oder gefüllt – alle raffinierten Rezepte sind unkompliziert gemacht. Und als Extra bekommen Sie eine praktische Garzeitentabelle an die Hand, dank der beim Dämpfen erst recht nichts schiefgehen kann. Versprochen!