

Presseinformation

Matt Pritchard

Dirty Vegan

Vegan satt. Krass lecker

Umfang: 208 Seiten

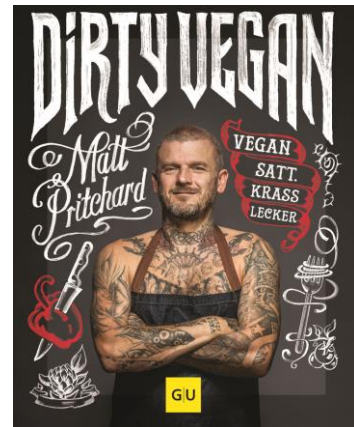
Format: 19 x 23,5 cm

Preis: 25,00 € (D)/ 25,70 € (A)/ 35,90 sFr

ISBN: 978-3-8338-7594-6

Erscheinungsdatum: August 2020

 Auch als eBook erhältlich.



Radikal bejahender, lebenslustiger Ansatz der veganen Küche eines Stuntmans

Veganer – sind das nicht diese dünnen Menschen, die das Thema Ernährung sehr spaßbefreit angehen? Nein! Veganer sind jung, hip, treiben viel Sport und werden gerne satt. So wie der Stuntman Matt Pritchard, der mit seinem Buch beweist: Vegan ist cool! Erst als unbekannter TV-Koch in Großbritannien, dann als Bestseller-Autor und nun endlich in Deutschland: **Dirty Vegan** ist für alle, die Bock auf einen lässigen Look haben und auf richtige Sattmacher stehen. 80 Rezepte, z.B. ein üppiges Anti-Kater Frühstück, knuspriges Tofu-Stir-Fry mit Erdnüssen und Chili oder Schoko-Baklava mit Ahornsirup und Orange. Tolle Gerichte, einfache und schnelle Zubereitung, zum Reinhauen lecker und alles in kultiger Rockabilly-Optik. What's not to like?

Matt Pritchard ist Profi-Skateboarder, Stuntman und TV-Koch aus Wales. Bekannt wurde er durch die MTV-Stuntshow »Dirty Sanchez«, mittlerweile hat er sich als Ausdauerathlet einen Namen gemacht und nimmt sportliche Strapazen für wohltätige Zwecke auf sich. Dabei brach Pritchard diverse Weltrekorde und stellte sich immer neuen Herausforderungen - alles angetrieben durch seine 100% vegane Ernährung. Lässig, lecker, easy – das ist vegane Küche heute!