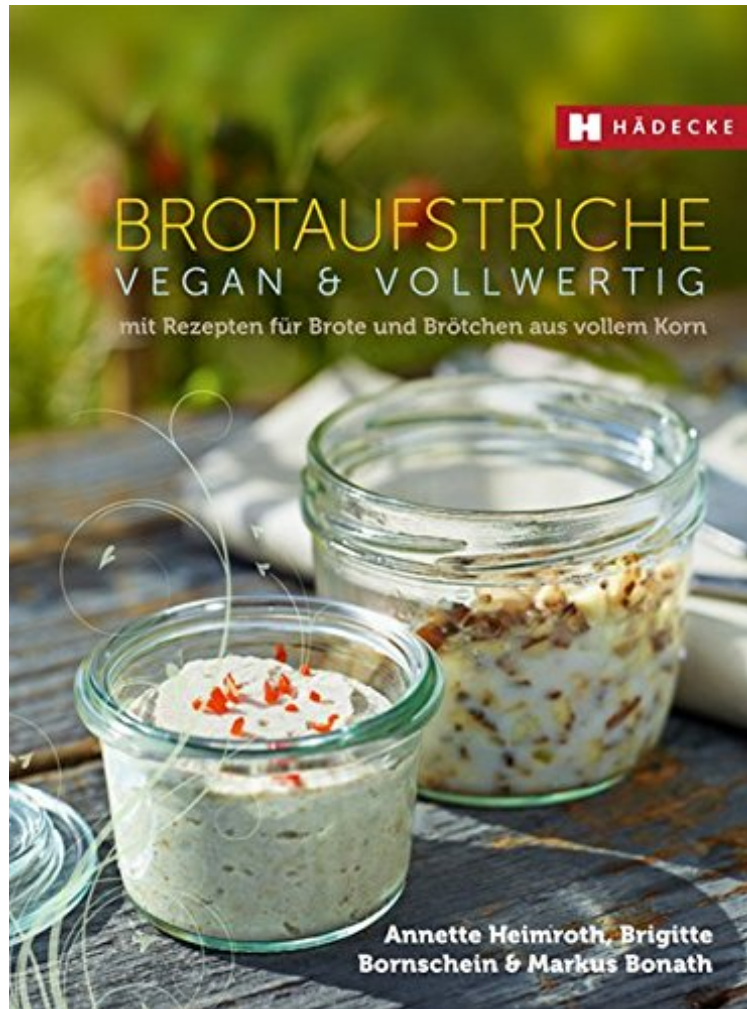


[Read free ebook] Brotaufstriche vegan vollwertig: mit Rezepten für Brote und Brötchen aus vollem Korn (Vegan vollwertig genießen)

Brotaufstriche vegan vollwertig: mit Rezepten für Brote und Brötchen aus vollem Korn (Vegan vollwertig genießen)

Von Annette Heimroth, Brigitte Bornschein, Markus Bonath
audiobook | *ebooks | Download PDF | ePub | DOC



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation - Verkaufsrang: #101282 in BcherGre: 1 - PackMarke: HdeckeVerffentlicht am: 2015-03-31Abmessungen: 8.78 x .51b x 6.50l, Einband: Gebundene Ausgabe80 Seiten | File size: 58.Mb

Von Annette Heimroth, Brigitte Bornschein, Markus Bonath : Brotaufstriche vegan vollwertig: mit Rezepten für Brote und Brötchen aus vollem Korn (Vegan vollwertig genießen) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Brotaufstriche vegan vollwertig: mit Rezepten für Brote und Brötchen aus vollem Korn (Vegan vollwertig genießen):

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen3 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Gute ZusammenstellungVon Iv.Wirklich gelungenes Buch. Man hat eine gute Grundlage und kann die Rezepte leicht abwandeln. Gengend Vorschlg dafür sind gleich angegeben.3 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.

lecker und einfach
Von Elke sehr gutes Buch - mit wenig Aufwand Aufstriche zaubern - kann man nur weiter empfehlen.
Ergänzung zu Vegan Vollwertig genießen... 3 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Eine echte Alternative ...
Von Barbara G. Ich versuche, mich konsequenter vegetarisch, bzw. vegan zu ernähren. Viele Produkte, die ich im Reformhaus kaufen kann, entsprechen aber nicht meinem Geschmack, bzw. schmecken irgendwie alle gleich!
Mit den Brotaufstrichen habe ich eine breite Palette zur Auswahl, um eine abwechslungsreiche Kost auf den Tisch zu bekommen. Würde ich jederzeit weiterempfehlen!

Produktbeschreibung
Brotaufstriche vegan vollwertig: mit Rezepten für Brote und Brötchen aus vollem Korn (Vegan vollwertig genießen)

Kurzbeschreibung
Selbstgemacht aufs Brot gebracht. Von Avocado-Creme bis Grünkohlaufstrich, von Mangomus bis Lauch-Kartoffel-Aufstrich oder veganem Mett mit Mohnreihen die leckeren Rezeptideen, die genau das Richtige für eine abwechslungsreiche vegane Küche sind und für jeden, der diese Lebensweise einmal ausprobieren will.
Nach dem Bestseller-Erfolg mit dem Grundlagenbuch Vegan vollwertig genießen (erschienen 2010, 7. Auflage im Dezember 2014) ist dies das zweite Buch in der Reihe Vegan vollwertig.
Über den Autor und weitere Mitwirkende
Annette Heimroth ist rztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB und Tierschutzlehrerin. Seit vielen Jahren leitet sie Kurse zur vegetarischen und veganen Vollwertkost, Fastenseminare und Frischkostwochen. Sie gibt Ernährungseinzelberatungen und individuelle Beratungen zur Haut und Haargesundheit. Außerdem ist sie in Schulen und Kindergärten aktiv und hält auf Wunsch diverse Fachvorträge.
Brigitte Bornschein ist Hauswirtschafterin in einer Einrichtung der Gemeinschaftsverpflegung und in ihrer Freizeit engagierte Veganköchin. Beide ernähren sich seit vielen Jahren vegetarisch bzw. inzwischen vegan und vollwertig. Sie unterstützen verschiedene Tierrechtsorganisationen und sind selbst häufig für Tierrechte aktiv.
Markus Bonath ist hauptberuflich Schreiner, der seinen Sinn für Ästhetik auch als begeisterter Hobbykoch in seinen veganen Kreationen auslebt. Wichtig sind ihm pure Rezepte, die möglichst einfach in der Zubereitung sind, ohne viel Equipment, dafür aber sensationell im Geschmack. Alle drei legen bei ihren Rezepten großen Wert auf beste Bio-Qualität.