

[Get free] Das genial vegetarische Familienkochbuch: Ihr Wochenplaner: saisonal einkaufen - entspannt kochen - vergnügt genießen

Das genial vegetarische Familienkochbuch: Ihr Wochenplaner: saisonal einkaufen - entspannt kochen - vergnügt genießen

Von Edith Gtjen, Markus H. Keller
DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #176596 in BcherVerffentlicht am: 2014-10-22Erscheinungsdatum: 2014-10-22Abmessungen: 8.98 x .87b x 8.74l, Einband: Taschenbuch240 Seiten | File size: 78.Mb

Von Edith Gtjen, Markus H. Keller : Das genial vegetarische Familienkochbuch: Ihr Wochenplaner: saisonal einkaufen - entspannt kochen - vergnügt genießen before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Das genial vegetarische Familienkochbuch: Ihr Wochenplaner: saisonal einkaufen - entspannt kochen - vergnügt genießen:

KurzbeschreibungVom sttigen Hauptgericht ber warme Suppen, raffinierte Brunch-Ideen bis zu speziellen Festtagsgerichten - vegetarische Familienkche muss nicht kompliziert sein und muss auch nicht den Familienfrieden gefhrden. Praktische Wochenplne, Einkaufslisten fr saisonale Lebensmittel und eine familienfreundliche Zubereitung machen die Essensplanung -Woche fr Woche - zu einem Kinderspiel. So wird Zeit gespart, nachhaltig gekocht und gesund gegessen. Toll ist zudem fr alle die es lieber ganz ohne Tier mgen, dass zahlreiche der ohnehin rein pflanzlichen Gerichte mit kleinen Kniffen im Handumdrehen vegan werden.Edith Gtjen ist kotrophologin und

Vertreterin einer Vollwertküche. Als Dozentin an der UGB-Akademie leitet sie den Ausbildungsbereich für FachberaterInnen für Suglings- und Kinderernährung. Bei TRIAS sind von ihr u.a. erschienen: "Lotta lernt essen", "Das Familien-Kochbuch" und "Lottas Lieblingsessen". Dr. oec. troph. Markus Keller ist Ernährungswissenschaftler, wissenschaftlicher Autor, Lehrbeauftragter und Dozent. Im Jahr 2010 gründete er in Gießen das Institut für alternative und nachhaltige Ernährung (IFANE), das er seither leitet. Beim Verband für Unabhängige Gesundheitsförderung (UGB) leitet er außerdem die Abteilung Wissenschaft und Forschung. Markus Keller ist seit seinem 18. Lebensjahr Vegetarier und seit 2003 begeisterter Halbmarathon-Läufer. Er lebt mit seiner Familie in Gießen. ber den Autor und weitere Mitwirkende Edith Gtjen ist Ökophologin und Vertreterin einer Vollwertküche. Als Dozentin an der UGB-Akademie leitet sie den Ausbildungsbereich für FachberaterInnen für Suglings- und Kinderernährung. Bei TRIAS sind von ihr u.a. erschienen: "Lotta lernt essen", "Das Familien-Kochbuch" und "Lottas Lieblingsessen". Dr. oec. troph. Markus Keller ist Ernährungswissenschaftler, wissenschaftlicher Autor, Lehrbeauftragter und Dozent. Im Jahr 2010 gründete er in Gießen das Institut für alternative und nachhaltige Ernährung (IFANE), das er seither leitet. Beim Verband für Unabhängige Gesundheitsförderung (UGB) leitet er außerdem die Abteilung Wissenschaft und Forschung. Markus Keller ist seit seinem 18. Lebensjahr Vegetarier und seit 2003 begeisterter Halbmarathon-Läufer. Er lebt mit seiner Familie in Gießen.