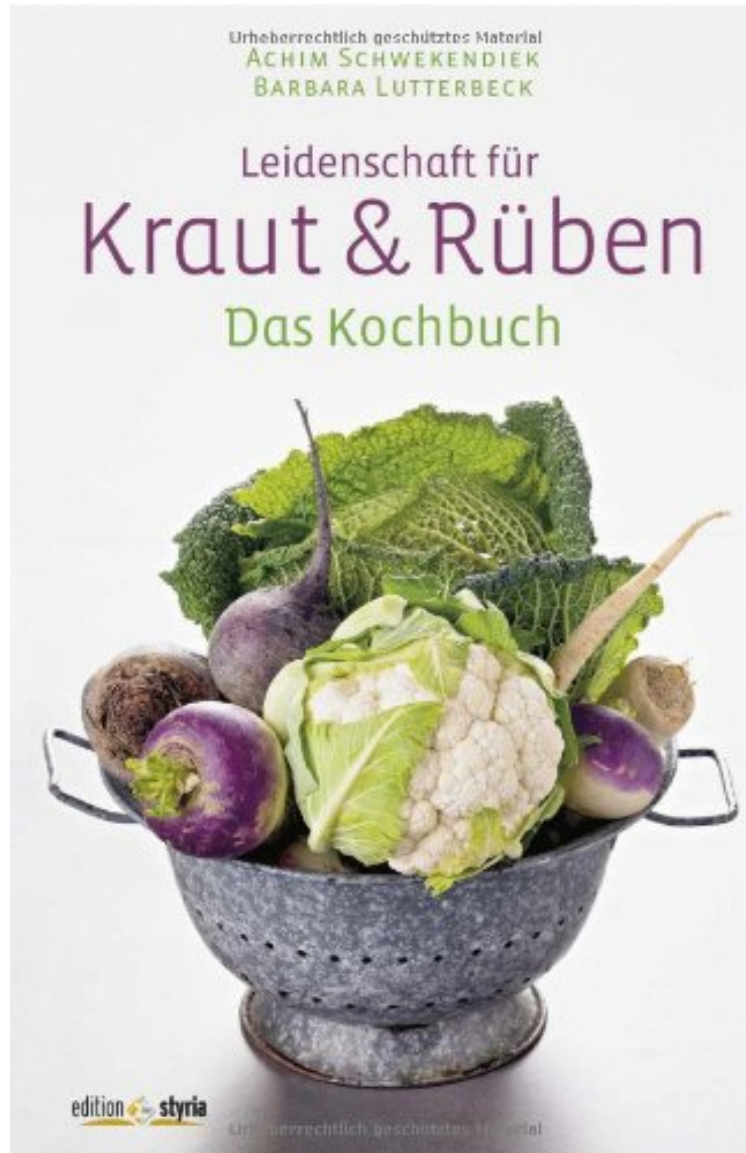


[Ebook free] Leidenschaft für Kraut und Rben: Das Kochbuch

Leidenschaft für Kraut und Rben: Das Kochbuch

Von Achim Schwekendiek

*Download PDF / ePub / DOC / audiobook / ebooks



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrank: #774379 in BcherVerffentlicht am: 2012-08-29Abmessungen: 10.71 x .67b x 7.05l, Einband: Gebundene Ausgabe160 Seiten | File size: 22.Mb

Von Achim Schwekendiek : Leidenschaft für Kraut und Rben: Das Kochbuch before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Leidenschaft für Kraut und Rben: Das Kochbuch:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Für mich genau das RichtigeVon Kleeblatt MonikaDas vorliegende Buch Kraut Rben trifft voll meinen Geschmack. Ich liebe Kohl, Rben und Konsorten in allen mglichen Variationen, so dass dieses Buch für mich wie gemacht ist.Es ist unterteilt in die folgenden Rubriken:- Kohl: Ein Portrt- Vorspeisen- Suppen- Fisch- Fleisch- Vegetarische Gerichte-

Anhang Gleich am Anfang des Buches gibt es eine Vorstellung zum Kohl, was die Inhaltsstoffe angeht und die einzelnen Sorten. Die Vielfalt von Kohl und Rben ist unglaublich. Die gängigsten werden aufgezählt und es wird ein wenig von ihnen preisgegeben. Herkunft, Aussehen, es kommt alles kurz zur Sprache. Die ausgewählten Rezepte sind ausführlich beschrieben und leicht nachzuarbeiten. Total leckere Rezepte findet man hier, bei denen einem schon der Magen knurrt, wenn man sie sich nur durchliest. Viele von ihnen wurden in Szene gesetzt und gekonnt abgebildet. Es ist für jeden Geschmack etwas dabei, so auch für Fleisch- und / oder Fischesser sowie auch für Vegetarier. Alles, was ich bisher aus diesem Buch nachgekocht habe, schmeckte fantastisch, ohne Abstriche. Da ich nicht weiß, wo ich roten oder schwarzen Rettich hier in meiner Gegend so ganz ohne vernünftigen Obst- und Gemüsemarkt kaufen kann, habe ich mich auf das Klassikergemüse beim Ausprobieren gestürzt, mit Erfolg. Sie waren schnell nachgearbeitet und ausgesprochen lecker. Mit Sicherheit wird es das ein oder andere Rezept des fertigen geben, so wie ich auch noch viele andere aus dem Buch austesten werde. Markiert habe ich jede Menge. Dieses Buch kann ich Kraut- und Rben-Fans ans Herz legen. Wer sich an dieses Gemüse noch nicht so herangetraut hat, dem kann ich es zum Kennenlernen ebenfalls wärmstens empfehlen. 1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Mit köstlichen Rezepten bekommen Kraut und Rben ein neues Image! Von RJ + YDJ Das Kochbuch Leidenschaft für Kraut und Rben von Achim Schwenkendiek und Barbara Lutterbeck, erschienen in der Edition Styria, zeigt verschiedene und manchmal vergessene Kohl und Rbensorten in neuem Licht. Weg von Omas deftigem Eintopf können diese Gemüse mehr. Dieses Buch zeigt wie vielseitig und köstlich das gesunde Gemüse ist, so dass es seinen feinen Geschmack bis in die Spitzengastronomie beweisen kann. Längst vorbei sind die Zeiten als sie als Arme-Leute-Essen angesehen wurden. Doch neben Geschmack und einer langen Lagerfähigkeit liegt eine weitere positive Eigenschaft im gesundheitlichen Aspekt. Kohl liefert viele Vitamine, Mineralien, Ballast- und Nährstoffe und enthält wenig Kalorien. Besonders zu erwähnen ist der Eiweiß-Baustein Tryptophan, er beruhigt die Nerven und kurbelt die Produktion des Glückshormons Serotonin an. Auch Spurenelemente und Selen sorgen für bessere Stimmung, was in der dunklen Jahreszeit durchaus von Vorteil ist. Auch die vielen Rbensorten wie Pastinaken, Topinambur, Petersilienwurzel, Schwarzwurzeln und Rote Beete sind von einzigartiger Köstlichkeit und in ihrem Vitamingehalt kaum zu bertreffen. Außerdem besitzen beide Gemüsegruppen sekundäre Pflanzenstoffe, die unsere Zellen gegen freie Radikale schützen und zum Erhalt der Gesundheit beitragen. Die verschiedenen Kohl- und Rbensorten finden Verwendung in vielen köstlichen Gerichten, wie: -Rote Bete Salat mit Koks und Apfel-Rotkohlsalat mit Orangen-Irish Stew-Spitzkohlsuppe mit Zitronengras und Paprika-Grünkohlsuppe mit Rauchlachsravioli-Blumenkohlrahmsuppe Dubary-Hummerbuletten mit Ingwerkohl-Rbstiel mit Lachs-Orientalischer Kraut-Rben-Salat mit Rotbarbe-Grünkohl mit Bregenwurst-Kohlrabiauflauf-Topinambur-Kartoffel-Grstel mit Blutwurst-Spitzkohlquiche-Gebackener Blumenkohl mit Aioli und weiteren genialen Rezepten. Diese Gemesorten finden Verwendung in klassischen Rezepten, aber auch mediterran und orientalisches inspirierten Gerichten. Alles ist sehr gut erklärt und bis auf einige wenige Gerichte unkompliziert in der Zubereitung. Besonders gut gefallen mir die vielen asiatischen Wok-Gerichte mit Kohl, sowie die leckeren Salate. Die Aufmachung des schönen Buches mit vielen appetitlichen Fotos ist sehr hochwertig. In diesem Buch zeigen die alten Rben und Kohlsorten sich von einer neuen Seite. Empfehlenswert! 0 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Prima Von Hegauer! Das Kochbuch war ein Geschenk für meine Frau. Es kam gut verpackt hier an in einem sehr guten Zustand. Meine Frau hat sich sehr gefreut und war begeistert über den Inhalt.

Kurzbeschreibung Die Gemüse-Klassiker von einst erleben eine Renaissance. So ist etwa Kohl das ideale Wintergemüse. Er liefert Vitamine und Nährstoffe, enthält wenig Kalorien, dafür aber reichlich Ballaststoffe und ist über viele Tage lagerfähig. Der Eiweiß-Baustein Tryptophan beruhigt die Nerven und kurbelt die Produktion des Glückshormons Serotonin an. Auch das Spurenelement Selen sorgt für bessere Stimmung. Viele Gründe, sich mit den Gemüsegerichten von einst wieder anzufreunden. Die Auswahl ist groß: Von Kohlrabi und Brokkoli über Blumenkohl und Spitzkohl, Wirsing und Chinakohl gibt es viele Sorten, die den Speiseplan abwechslungsreich gestalten. Für die Rbe ist Schluss mit dem Aschenputtel-Dasein. Wurzelgemüse schmeckten im Winter besonders gut, denn dann haben sie Saison: die Pastinaken und Topinamburen, die Petersilienwurzeln, Schwarzwurzeln und Rote Bete. Sie sind wahre Delikatessen und im Vitamingehalt kaum zu bertreffen. Achim Schwenkendiek, ein großer Freund alter Gemesorten, präsentiert in diesem Buch seine schönsten Rezepte. über den Autor und weitere Mitwirkende Achim Schwenkendiek, gehört zu den etablierten Spitzenköchen Deutschlands und kocht im Schlosshotel Mönchhausen im Weserbergland, unweit von Hameln. Sein erstes Buch in der Edition Styria: LINSEN. Barbara Lutterbeck ist auf Food- und Still-Life-Fotografie spezialisiert. Sie hat bislang über 30 Kochbücher fotografisch gestaltet, in der Edition Styria bereits Zauber der orientalischen Küche, Skartoffel, Avocado, Babybrei, Linsen u. a. Sie betreibt ein Fotostudio in Köln und arbeitet für internationale Auftraggeber aus der Industrie sowie für Buch- und Zeitschriftenverlage.