

[Read download] Mais - das goldene Korn: Bunte Vielfalt fr Kche und Garten - Anbau und vegetarische Rezepte aus aller Welt

Mais - das goldene Korn: Bunte Vielfalt fr Kche und Garten - Anbau und vegetarische Rezepte aus aller Welt

Von Astrid Martnez Paternina

*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrank: #538890 in BcherVerffentlicht am: 2014-05-01Abmessungen: 8.50 x .67b x 5.551, Einband: Gebundene Ausgabe220 Seiten | File size: 79.Mb

Von Astrid Martnez Paternina : Mais - das goldene Korn: Bunte Vielfalt fr Kche und Garten - Anbau und vegetarische Rezepte aus aller Welt before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Mais - das goldene Korn: Bunte Vielfalt fr Kche und Garten - Anbau und vegetarische Rezepte aus aller Welt:

Kundenrezensionen
Hilfreichste Kundenrezensionen
1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Schnes Buch
Von Susanne
Eigentlich wollte ich einen Stern abziehen, weil ich finde, dass bei einem so gehaltvollen Buch ein paar Fotografien auch "drin sein" mssten. Besonders bei den Rezepten gibt das Buch optisch rein gar nichts her bis auf ein paar (wenn überhaupt) langweiligen Schwarzweizeichnungen. Mir ist klar, dass das natrlich eine Kostenfrage ist, doch das htte das Buch eigentlich richtig "komplett" gemacht. Nun ist aber der Inhalt ist so top, dass ich trotzdem die volle Sternzahl vergebe: Da ich kein Weizenmehl in meiner Kche verwende, zuztlich ein Fan der sdamerikanischen Kche bin und Maismehl sehr gerne mag, wurde ich auf dieses Buch aufmerksam. Nach einer genauen Einleitung ber die Geschichte des Mais wird das "goldene Korn" auch ausfhrlichst genetisch erklrt. Keine Angst, der extremst genmanipulierte Mais ist in der EU (noch) nicht zugelassen und findet hauptschlich in den USA Verwendung. Das Buch enthlt auerdem zahlreiche Rezepte, die mir bislang unbekannt waren. Einige Rezepte sind auch mit Weizenmehl, doch die Autorin erklrt eingangs in einem extra Kapitel, wie sich das fr die glutenfreie Kche durch Johannisbrotkernmehl umgehen lsst. Ein willkommenes Thema sind fr mich die Informationen ber den eigenen Maisanbau im Garten. Ich habe dies bislang gescheut, weil ich nicht wusste, ob es berhaupt mglich ist, aber es geht... Der bei uns in erster Linie angebaute Futtermais ist also noch nicht das Ende aller Mglichkeiten, auch auf dem Balkon oder im Garten lsst sich Bio-Mais bei uns kultivieren. Klare Kaufempfehlung. :)
1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Viel mehr als nur Rezepte
Von Bijou
Dieses Buch klrt auf den ersten 70 Seiten ber eine Menge Wissenswertes zu der Pflanze und ihrer Verwendung auf. Neben Cornflakes und Polenta kann man ja hierzulande kaum Maisgerichte. Doch sie bieten eine wunderbare Abwechslung zum bei uns blichen Getreide. In Kroatien habe ich ein Brot mit ca. 25% Maismehlanteil gegessen, das den Vergleich mit deutschem Brot nicht scheuen muss und zudem tagelang wunderbar saftig blieb. Wer an Ziliakie leidet ist mit dem Rezeptbuch besonders gut bedient, aber auch alle anderen werden nach der einfachen und gut erklrten Zubereitung von traditionellen Maisgerichten, Gemse, Salaten, Dips, Suppen, Eintpfen, Gebck und Sspeisen das sdamerikanische Korn nicht mehr missen wollen. Das Buch ist wie alle Pala-Bcher ohne Fotos, dafr aber mit viel mehr Information ausgestattet als bliche Kochbcher!

Kurzbeschreibung
Mais ist ein groes Korn. Das Interesse an traditionellen Kultursorten und kologischem Anbau, an gesunder Ernhrung und frischem Gemse mit individuellem Charakter zeigt sich auch beim Mais. Farbiger Mais erlebt eine Renaissance. Auf Wochenmrkten begegnet man zunehmend seinem frischen Korn. Maispflanzen schmcken den Garten und setzen aktiv Zeichen gegen Gentechnik und patentiertes Saatgut. All diesen Aspekten des goldenen Kornes widmet sich Astrid Martnez Paternina in ihrem Buch. Sie spannt den Bogen von der Kulturgeschichte des Getreides und seiner Bedeutung in den Kchen der Welt ber Sortenvielfalt bis hin zur wirtschaftlichen Rolle der Pflanze. Ausfhrlich erklrt sie, wie der Anbau im Garten gelingt, und nennt dafr geeignete Sorten. Im groen Rezeptteil stellt die Hobbykchin ber 110 vegetarische Kstlichkeiten der internationalen Maiskche vor. Frische Tortillas aus Mehl, goldene Polenta aus Grie oder fruchtiger Mais vom Grill: Das glutenfreie Getreide ist ein vielseitiger Genuss - auch als Brot oder Kuchen, gepufft oder als se Verfhung verpackt. Der echte Wert des goldenen Kornes zeigt sich jenseits von Monokultur! ber den Autor und weitere Mitwirkende
Astrid Martnez Paternina, geboren 1952, wuchs in der Lneburger Heide auf und studierte unter anderem Vegetationskunde. Durch ihren kolumbianischen Mann und viele Reisen nach Kolumbien lernte sie die dortige Kche lieben. In ihrem Buch 'Die Anden-Kche' aus dem Verlag Die Werkstatt stellt sie traditionsreiche Kstlichkeiten der Anden vor. Ihr heutiger Lebensmittelpunkt ist ihr Garten in Hannover, wo sie alte Sorten von Mais, Tomaten und Paprika anbaut und sich fr die Erhaltung der Nutzpflanzenvielfalt und gegen Gentechnik einsetzt.