

[Mobile ebook] Glutenfreie Rezepte aus aller Welt: Neue internationale Gerichte. Mit vegetarischer und nicht-vegetarischer Variante. Empfohlen von der Deutschen Zliakie-Gesellschaft

Glutenfreie Rezepte aus aller Welt: Neue internationale Gerichte. Mit vegetarischer und nicht-vegetarischer Variante. Empfohlen von der Deutschen Zliakie-Gesellschaft

*Von Dr. Stephanie Freundner-Hagestedt, Inken Hagestedt
audiobook / *ebooks | Download PDF | ePub | DOC*



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #406866 in BcherVerffentlicht am: 2013-01-03Erscheinungsdatum:
2013-01-03Abmessungen: 8.31 x .67b x 6.06l, Einband: Taschenbuch160 Seiten | File size: 65.Mb

Von Dr. Stephanie Freundner-Hagestedt, Inken Hagestedt : Glutenfreie Rezepte aus aller Welt: Neue internationale Gerichte. Mit vegetarischer und nicht-vegetarischer Variante. Empfohlen von der Deutschen Zliakie-Gesellschaft before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Glutenfreie Rezepte aus aller Welt: Neue internationale Gerichte. Mit vegetarischer und nicht-vegetarischer Variante. Empfohlen von der Deutschen Zliakie-Gesellschaft:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen24 von 25 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.

Abwechslungsreiche glutenfreie Rezepte, gute Buchstruktur Von Johanna aus Kassel Dies sehr bersichtliche, gut strukturierte Koch-Buch beantwortet die Frage, "was koche ich heute" mit vielen Rezepten aus aller Welt. Es bereichert den tglischen Speiseplan von Menschen, die sich glutenfrei ernhren mssen (oder wollen) und spannende Geschmackserlebnisse fr ihren Alltag suchen. Denn in einigen Lndern wird sowieso mit weniger Gluten gekocht, wie trkische Linsenfrikadellen, ser Ofenpfannkuchen oder Mohnkuchen aus Polen und Eierspeisen mit Gemse aus Spanien, Pakora aus Indien beweisen. Zunchst wird erklrt, wie eine sichere glutenfreie Kche durchgefhrte werden muss und welche Nahrungsmittel Gluten enthalten, was fr frisch Betroffene und Koch-Anfnger sehr wichtig ist. Neben Suppen, Hauptgerichten, Pfannengerichten, Salaten und Desserts finde sich auch viele Backrezepte. Natrlich sind die glutenhaltigen Mehle geschickt mit glutenfreie Mehlen ersetzt. Das schmeckt auch. Etwas schade finde ich, dass mit Mehlmischungen gearbeitet wird, was einerseits wegen der Kennzeichnung mit der hre einfacher ist. Aber diese haben oft einen hohen Anteil an Maismehl und Maisstrke, was eigentlich ein sehr billiges Mehl ist, die glutenfreien Backmischungen aber teuer. Ein glutenfreies Buchweizenmehl ist hochwertiger und htte es an manchen Stellen auch getan. Die Rezept sind durchweg gelungen, ausprobiert haben wir nun schon einige. Die Mengenangaben sind gut durchdacht, Schwierigkeitsgrad ist immer angegeben, Aussagen ber Laktosegehalt, ob ein Gericht vegan ist oder vegetarisch, ob Fleisch oder Fisch dazu serviert werden kann, wie lange die Zubereitungszeit insgesamt dauert. Alle diese Angaben sind sehr zutreffend, was man bei kochen oder backen merkt. Alles ein allem ein schnes Buch mit leckeren Rezepten fr jeden Tag und jeden Geldbeutel. Die Bewertungen kosten Zeit, daher freue ich mich auf Ihren "hilfreich"-Klick! 1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein Kochbuch fr Leute, die noch nie in der Kche standen?? Von Kunde Als erstes vorweg: Ich muss mich nicht glutenfrei ernhren, versuche nur meinen Glutenkonsum einzuschrnken. Aber da ich mich ber eine lange Zeit hinweg schon einmal streng glutenfrei ernhrt habe, wei ich, wie frustrierend und geschmacksarm das sein kann (heutzutage gibt es aber glaube ich leckerere glutenfreie Brote etc). Dieses Buch macht einen dann noch frustrierter, da auch diese Rezepte ziemlich geschmacklos sind! Ich habe zwar erst 3-4 Gerichte daraus gekocht, aber eigentlich htte ich mir alleine an der Zutatenliste schon herleiten knnen, dass die Gerichte nach nichts schmecken werden, da eben auch so gut wie keine Gewrze etc. rein kommen. Das Argument dafr ist, laut den Autoren, dass man so wenige Zutaten wie mglich zum Kochen zu Hause braucht und es einfach zuzubereiten ist. Aber dafr htte fr die Linsensuppe zB schon geholfen, einfach weniger Wasser und meinerwegen Suppenpulver zu verwenden (gibt es doch sicher auch glutenfrei?) und eine gewisse Grundausstattung kann meiner Meinung nach nie schaden in einer Kche. Auch die Rezepte finde ich sehr einfalllos, oft sind es normale Sachen, wo das Mehl halt durch glutenfreies Mehl ersetzt wurde, das kann ja jeder, dafr muss man kein Buch schreiben. Am leckersten sieht das Gericht auf dem Buchdeckel aus, dieses konnte ich allerdings nirgendswo finden im Buch?! Vllt werde ich noch ein paar Rezepte ausprobieren, aber ich bezweifle, dass sie meine Meinung ndern werden.. Keine Kaufempfehlung!!! Also ich finde, das Buch ist auch nichts fr Kochanfnger, denn dann denken diese womglich noch, jedes Gericht, was man selber kocht, schmeckt nicht, nur weil kein Maggi mit dran ist. Aber richtig wrzen kann man lernen. 1 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Rezepte aus aller Welt glutenfrei Von Rucksackberliner Blondina Rezepte knnen unproblematisch nachgekocht werden. Auf die Produktfotos die auf ganzen Seiten sind, kann ich gern verzichten, Rezeptplatz damit verschenkt

Kurzbeschreibung Menschen, die sich glutenfrei ernhren mssen, brauchen nicht auf neue, spannende Geschmackserlebnisse zu verzichten! Mit diesem Buch zeigen die Autorinnen, wie sie sicher glutenfrei internationale Gerichte kochen und genieen knnen. In den einfhrenden Kapiteln dieses Buches werden die Grundlagen einer sicheren glutenfreien Kche kurz beschrieben. Hier finden auch Anfnger wichtige Informationen denn viele neue Zutaten und Zubereitungsarten mssen beachtet werden, damit ein Gericht gelingt. Fr diesen Ratgeber wurden viele internationale Gerichte ausgewhlt. Fast alle basieren auf Originalrezepten von Kchinnen aus aller Welt. ber den Autor und weitere Mitwirkende Dr. Stephanie Freundner-Hagestedt hat in Mnster Diplom-Biologie studiert, in Osnabrck promoviert und in Hamburg und in Homburg/Saar als wissenschaftliche Angestellte gearbeitet. Als bei ihrer Tochter Inken Hagestedt im Teenageralter Zliakie diagnostiziert wurde, musste die Familienmanagerin die Ernhrung und das Leben der Familie umorganisieren. Sie engagiert sie sich seitdem als ehrenamtliche Beraterin fr andere Zliakie-Betroffene. Die Erfahrungen, die sie bei der Umstellung auf eine glutenfreie Ernhrung gesammelt hat, hat sie zusammen mit ihrer Tochter zusammengestellt. Inken Hagestedt war es als Kochanfngerin auerdem wichtig, dass ihr Buch neben speziellen Informationen fr Zliakie-Betroffene auch die allgemeinen Grundlagen des Kochens vermittelt.