

Restlos!: Clever kochen mit Resten

Von Hildegard Mller

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #191331 in BcherVerffentlicht am: 2014-02-04Abmessungen: 8.62 x .55b x 7.60l, Einband: Taschenbuch144 Seiten | File size: 69.Mb

Von Hildegard Mller : Restlos!: Clever kochen mit Resten before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Restlos!: Clever kochen mit Resten:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen11 von 11 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Restlos genieen! Mich hat dieses Buch RESTLOS begeistert!Von touche--toutInhalt:- Verwenden statt verschwenden-Vorratshaltung: einkaufen lagern- Gemse restlos genieen- Kartoffeln, Nudeln Reis- Brot - eine zweite Chance-Fleisch, Geflgel Fisch- Frchte Beeren- So lange schmeckt's- Register von A-Z- Themenregister- Akteure ImpressumIch mag dieses Buch sehr gerne!Mir ist nichts mehr zuwider als Lebensmittel wegzuwerfen.Dieses Kochbuch zeigt uns, dass man sogar mit Lebensmitteln, die man normalerweise wegwirft (z.B.: Gemseschalen oder Stngel und mit viel zuviel gekochten Nudeln/Kartoffeln usw. auch noch am nchsten und/oder bernchsten Tag eine absolut leckere und frische Mahlzeit zubereiten kann.Selbst schrumpeliges Obst oder Gemse geht nicht gleich in die Tonne - auch daraus lsst sich immer noch etwas zaubern.Selbst fr die Reste aus angebrochenen Lebensmittelpackungen usw. finden wir in diesem Buch weitere tolle Verwendungsvorschlgge.Toll auch ein kleines Kapitel ber "einkaufen lagern"Das Buch ist mit schen Fotos farbenfroh gestaltet, die Rezepte leicht verstndlich geschrieben.Eine genaue Zutatenliste, eine Schritt-Schritt-Anleitung sowie jede Menge Tipps Kniffe rund um die

"NICHTverschwendung" von Lebensmittel. Mich hat dieses Buch RESTLOS begeistert! Für jeden Geschmack und jeden "Rest" etwas Leckeres dabei! z.B.: Armer Ritter mit Zimt-Bratapfel, Bratreis mit Gemse, Brotsuppe, Feta-Nudel-Salat mit Speck und Tomaten, Gurken-Kresse-Aufstrich, Kartoffel-Rsti mit Chorizo und Kse, Kohlrabisuppe aus Blättern, Krbisspalten, Pasta vom Blech mit Schinken und Gemse, Schweinebraten-Salat usw. usw. Am Ende des Buchs finden wir ein Register sortiert nach A-Z, sowie ein Themenregister sortiert nach: - Brot- Fisch- Fleisch und Geflügel- Früchte und Beeren- Gemse- Kse- Kartoffeln- Nudeln- Reis- Salate und Krüter. Fazit: Ein wirklich gelungenes "Reste-Kochbuch" - tolle pfiffige Koch-Ideen zur Resteverwertung! 2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Lebensmittel wegwurfen - warum?! Ein absolut tolles Buch! Von Regina (Media-Mania) Jeder, dem es einen Stich gibt, "berzhlige" Lebensmittel wegzufwerfen, wird schon beim Blättern auf den ersten Seiten dieses ungewöhnlichen Kochbuchs hngen bleiben und sich ein begeistertes "Ja!" kaum verkneifen können. Die Autorin bietet Verwendungsmöglichkeiten für praktisch alle Basislebensmittel, die eine Tendenz zum "brighbleiben" aufweisen, gerade Beilagen, Obst und Gemse, und hat darüber hinaus die schon erwähnten verblffenden Rezepte für blicherweise entsorgte Gemseteile parat. Selbst Apfel- und Kartoffelschalen werden in leckere Snacks verwandelt. Und die Rezepte sind alles andere als "aus den Fingern gesogen": Sie stehen für leckere, abwechslungsreiche, gesunde Gerichte. Im Allgemeinen sind die Zutaten so kombiniert, dass die Entstehung neuer Reste anderer Lebensmittel vermieden werden kann. Themendoppelseiten befassen sich unter anderem mit der Haltbarmachung von Krüterresten. Haushaltung kann, stellt der Leser verblfft fest, richtig Spaß machen. Die Rezepte nehmen meist jeweils eine Doppelseite ein: mit einem Foto des fertigen Gerichts auf einer Seite, der Zutatenliste, sinnvollerweise für zwei(!) Personen ausgelegt, sowie dem Zeitbedarf in einer Spalte auf der anderen neben einer Schritt-für-Schritt-Anleitung. Häufig werden zudem pfiffige Varianten angeboten. So unkompliziert wie die Rezepte ist auch die Arbeit mit den Registern. Dank dem Themenregister lassen sich unter Umständen sogar Rezepte für mehrere unterschiedliche Reste auffindig machen. Kurz, dieses Buch hat auf dem Markt definitiv gefehlt. Es trifft vor allem die Bedürfnisse kleiner Haushalte, hilft Geld und Ressourcen zu sparen und vermittelt nebst Haushaltungskompetenzen auch Spaß am und Sensibilität für den berlegten Umgang mit Lebensmitteln, einem Gut, dessen Wert sich die meisten Menschen in unserer Gesellschaft zu wenig bewusst machen. Ein ganz entschiedenes "Daumen hoch" für ein absolut tolles Buch! 2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Mit den Resten nur das Beste Von Gurke 2010 Wer hat sich nicht schon einmal darüber gergert, dass der Kühlschrank zwar einigermaßen voll ist, aber nur traurige Reste von den letzten Schlemmer-Tagen zu bieten hat? Für den Müll sind diese Produkte meist zu schade und die allseits beliebte Biotonne auf vier Pfoten vertrgt nicht alles. Eine sinnvolle Verwendung findet sich spontan nur in den seltensten Fällen, wodurch die Entscheidung verschoben wird und man kurz darauf verschimmelte oder ungenießbare Lebensmittel dann doch wegschmeißen muss. Das ist rgerlich für den Geldbeutel und eine Verschwendung von Rohstoffen, der Hildegard Müller den Kampf angesagt hat. Die Einleitung mit der berschrift Vorratshaltung ist eine Wiederholung von gängigen Tipps, die sich mit einer guten Lagerung im Kühlschrank oder der Speisekammer befassen und davor warnen hungrig einkaufen zu gehen, weil dann der Magen und nicht die Vernunft den Wagen vollpackt. Neues wird dort zwar nicht erzählt, aber die Rezepte danach haben durchaus Potenzial und decken den kleinen Hunger ebenso ab, wie vollwertige Menüs für die ganze Familie. Unterteilt ist das Kochbuch in die Kapitel: - Gemse restlos genießen- Kartoffeln, Nudeln Reis- Brot eine zweite Chance- Fleisch, Geflügel Fisch- Früchte Beeren Die Rezepte werden verständlich und ausführlich erklärt, sowie in den meisten Fällen mit Bildern illustriert. Neben den Zutaten der Kategorie Reste, die über gekochte Kartoffeln über altbackenes Brot oder sogar vermeintlicher Gemseabfall, wie Radieschenblätter oder Mhrengrün, hinausgehen, wählt die ehemalige Küchenchefin hauptsächlich Gewürze, die sowieso jeder Haushalt vorrätig hat, sodass der Resteverwertung nichts im Wege steht. Etwas schade ist, dass bei manchen Vorschlägen dann gleich wieder Reste auftauchen, wie beispielsweise 50g Frischkäse oder Creme Fraiche. Als besonders positiv habe ich dagegen die Hinweise am Rand der Seiten empfunden, die zum Beispiel für Vegetarier eine fleischlose Variante umsetzt! Bei der Gestaltung hat der Kosmos-Verlag genau meinen Geschmack getroffen, da viele gedeckte Braun- und Grautöne die Wärme einer heimeligen Gröcke ausstrahlen und das bodenständige Hausfrauenwissen der kreativen Gerichte hervorhebt. Meine persönlichen Highlights sind vorläufig die Spaghetti-Nester (S.78/79), die jeden Kindergeburtstag bzw. uninspirierte Bratnudeln mit wenigen Handgriffen aufpeppen und Grüne Pfannkuchen mit Krütercreme (S.32/33), welche ebenfalls unkomplizierte herzustellen und ratzfatz verputzt sind. Die Quarknocken mit Erdbeersauce (S.124/125) waren zwar geschmacklich ebenfalls in Ordnung, aber der Aufwand ist mir in diesem Fall für das mittelmige Ergebnis zu groß gewesen. Aber die Liste der wartenden Rezepte ist noch lang und die nächsten Reste trmen sich bestimmt bald wieder in meiner Küche. Dieses Kochbuch ist gleichermaßen für Anfänger wie für Experimentierfreudige zu empfehlen, und das auch dann, wenn keine Reste im Haus sind!

Kurzbeschreibung Was tun mit dem trockenen Brötchen, dem kleinen Spaghetti-Rest oder der halben Salatgurke? Im Handumdrehen sind daraus ein leckerer Brotsalat, knusprige Nudel-Puffer oder eine erfrischende Gazpacho zubereitet. Ganz nach dem Motto: Verwenden statt Verschenden. Die 180 Rezepte zeigen, dass sogar aus Abfällen wie

Kohlrabiblättern oder Apfelschalen sich etwas Kstliches zaubern lsst, z.B. ein wrziges Pesto, fruchtige Chips oder erfrischende Limonade. Das Buch fr alle, die achtsam und nachhaltig genieen wollen.