Christina Wiedemann

Das Spiralschneider-Kochbuch

Nudeln aus Gemüse und Obst

Zum Durchdrehen gut!

- Schöner Essen mit Gemüse und Obst in Spaghettiform
- 57 Trend-Rezepte für jede Gelegenheit: Salate, Suppen, Hauptgerichte, Snacks und Desserts
- Mit ausführlicher Einleitung und vielen Tipps
- DAS Buch zum Trend-Küchengerät

Heute schon gekurbelt? Vom Salat bis zur Suppe, vom Hauptgericht bis zum Snack, von pikant bis süß: Drehen Sie Gemüse und Früchte in Spaghettiform. So genießen Sie aromatische Köstlichkeiten und sparen Kalorien. Außerdem versorgen Sie Ihren Körper mit vielen Vitalstoffen.

Ob Steckrübenspaghetti mit Berglinsen und Maronen, Selleriespaghetti-Flans mit Mangold oder Kaki-Spaghetti mit Granatapfel und Beerensauce - alles ist mit einem Spiralschneider leicht herzustellen. Die wunderschönen Fotos machen Lust aufs Ausprobieren.

Spiralize it! Erweitern Sie herkömmliche Pasta um die gesunde Variante aus Gemüse und Obst und kurbeln Sie Ihre Gerichte zu echten Eyecatchern!

Zielgruppe:
Trendbewusste, Gesundheitsbewusste, Familien, Studenten

Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH
gebunden, farb. Abb.
128 Seiten, Format 21 x 24 cm
ISBN: 978-3-625-17595-7
9,99 EURO