

[FREE] Die Welt der heimischen le - Warenkunde, Imhlen, Rezepte

Die Welt der heimischen le - Warenkunde, Imhlen, Rezepte

Von Usch von der Winden
ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation - Verkaufsrang: #320455 in BcherVerffentlicht am: 2013-10-25 Abmessungen: 10.47 x 1.26b x 8.54l, 2.65 Pfund Einband: Gebundene Ausgabe 320 Seiten | File size: 78.Mb

Von Uschi von der Winden : Die Welt der heimischen le - Warenkunde, Imhlen, Rezepte before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Die Welt der heimischen le - Warenkunde, Imhlen, Rezepte:

Kundenrezensionen Hilfreichste Kundenrezensionen 9 von 10 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Informationsquelle und Rezeptschatz der heimischen le Von RJ + YDJ Das Kochbuch Die Welt der heimischen le von Uschi von der Winden, erschienen in der Edition Fackeltrger, fhrt den Leser mit umfangreichen Informationen ber alle Arten heimischer le. Wie in einem Reisefhrer erfahrt man historisches Wissen, alles ber die lgewinnung und lernt somit auch 13 aktive Imhlen in Deutschland kennen, sowie 14 Pflanzenportraits heimischer lpflanzen. Jeder lsorte wird im Buch ein eigenes Kapitel gewidmet, mit wissenswertem wie: Botanische Beschreibung, Geschichte, Verwendungszweck in der Kche, Inhaltsstoffe und Heilwirkung und kstliche Rezepte. Bei den lsorten handelt es sich um: - Aprikosenkernl- Bucheckernl- Hanfl- Haselnussl- Krbiskernl- Leindotterl- Leinl- Mariendistell- Mohnl- Rapskernl- Senfl- Sonnenblumenl- Traubenkernl- Wallnussl Gute le finden in der heutigen Zeit immer mehr

Beliebtheit, da sie hauptsächlich aus leicht verdaulichen ungesättigten Fettsäuren bestehen und somit in einer gesundheitsbewussten Küche nicht mehr wegzudenken sind, da sie cholesterinhaltige tierische Fette ersetzen können. Hochwertige Lebensmittel punkten wegen ihrer Eigenschaften. Hier vor allem mit Omega 3 Fettsäuren, welche sich positiv auf Herz, Gefäße und Blutfette auswirken. Dank dieser ungesättigten Fettsäuren versorgen sie uns zu dem mit den Vitaminen A, C und E, wirken somit antioxidativ, dass heißt sie beugen der Zellschädigung und damit dem Alterungsprozess vor. Jedoch damit nicht genug, auch in der täglichen Anwendung sind einige Lebensmittel sehr hilfreich. Beispielsweise hilft das Korbkorn gegen trockene und rissige Haut, durch Inhaltsstoffe wie Carotinoide sowie Vitamin A und E. Hanf steht im Ruf das Schlaganfallrisiko zu mindern, Depressionen zu lindern, vor Infektionskrankheiten zu schützen und durch entzündungshemmende Eigenschaften auch Rheumatikern zugute zu kommen. Die Designerin und ehemalige Restaurantbesitzerin Uschi von der Winden bringt seit Jahren als erfolgreiche Kochbuchautorin ihre Liebe zur Natur und Küche zum Ausdruck. Ihr ist es wichtig in allen Themenkochbüchern nicht nur Rezepte zusammen zu tragen, sondern die Natur mit allen Sinnen zu erleben. In Die Welt der heimischen Lebensmittel sind neben viel Informationen, ein Kernstück des schönen Einbandes die Vielzahl an köstlichen Rezepten wie:- Geflügelstreifen mit Aprikosensauce- Apfel-Amaretti-Kuchen-Gratinierter Ziegenkäse- Rindersteak mit Bucheckernsauce- Forellenfilets mit feinen Gemüstreifen- Birnencarpaccio mit Parmesan- Mozzarella-Radicchio-Salat- Haselnusspesto- Pikante Korbisuppe- Lachs mit Korbis-Kartoffel-Gemüse- Gebackener Camembert mit Rucolacreme- Warmer Gemüsesalat mit Krutervinaigrette- Schweinefilet mit Mango-Zimt-Sauce und viele weitere insgesamt 100 Rezepte mit außergewöhnlicher Vielfalt. Die Aufmachung des Einbandes mit einem mattschwarzen und teilweise lackierten Umschlag ist sehr hochwertig, zuletzt auch durch die wunderschönen Fotos von Iris Kaczmarczyk ist alles stimmungsvoll in Szene gesetzt. Ich finde Die Welt der heimischen Lebensmittel ein informativer Ratgeber, wunderschöner Bildband und Kochbuch in einem. Die Rezepte im Buch sind gut verständlich erklärt und regen zum Nachkochen an. Alles ist liebevoll und appetitlich dargeboten. Empfehlenswert!

Kurzbeschreibung Fein im Geschmack, feine Inhaltsstoffe Gewinner des GOURMAND WORLD COOKBOOK AWARDS 2013 in Deutschland! Regionale Produkte liegen im Trend großes Verbraucherinteresse an gesunden Produkten aus der Region! Umfassender Theorieteil mit allem Wesentlichen zu den Themen Warenkunde, Imhnen, Einkauf und Lagerung, Verwendung in Küche und Heilkunde über 100 kreative Rezepte mit gut verständlichen Schritt-für-Schritt-Anleitungen und brillanten Foodfotos Uschi von der Winden begibt sich mit ihrem neuesten Buch auf eine spannende Reise in die Welt der gesunden, wohlschmeckenden und unglaublich variantenreichen heimischen Lebensmittel. Von Leindotter über Diestell bis Walnuss lernt der Leser in zahlreichen Pflanzentrakts nicht nur alles Wissenswertes zu Anbau und Botanik, sondern vor allem zu den wertvollen Inhaltsstoffen unserer heimischen Pflanzenwelt. Von herzhaft bis süß, von Mohnkuchen bis Petersilien-Raps-Pesto, kommen die verschiedenen Saaten, Früchte und Lebensmittel in über 100 kreativen Rezepten zum Einsatz. Eine besondere Delikatesse nicht nur für den gesundheitsbewussten Feinschmecker ist zudem der Blick hinter die Kulissen unserer heimischen Imhnen, deren spannende Geschichten und faszinierenden Produktionsverfahren. über den Autor und weitere Mitwirkende Uschi von der Winden: Jahrzehntlang als Designerin weltweit unterwegs, fand sie stets die Zeit, ihrer großen Liebe zu fröhnen: die Natur mit allen Sinnen entdecken. Vor gut einem Jahrzehnt tauschte sie das unstete Leben gegen den Profiberuf im eigenen mittlerweile aufgegebenen Restaurant. Ihre kreative Landgasthof-Küche wurde vom Reiseleiter für Genießer, dem Gault Millau, mit einer Kochzeit und 13 Punkten belohnt. Iris Kaczmarczyk: Die Wiesbadener Fotografin, Bildredakteurin und Grafikerin ist im Studio, der People- und Reportagefotografie sowie der Kunstfotografie gleichermaßen zu Hause. Bei allem aber hat sie sich den Blick für das Wesentliche bewahrt. Und so ist es kein Wunder, dass ihre feinfühlig-kreative Bildsprache vor allem in der Foodfotografie die ganze Schönheit des Natürlichen einfängt und eine ganz besondere Atmosphäre zu erzeugen versteht.