

[Read download] Köstlich essen ohne Milch Ei: über 150 Rezepte bei Allergien und Laktose-Intoleranz

Köstlich essen ohne Milch Ei: über 150 Rezepte bei Allergien und Laktose-Intoleranz

Von Beate Miller

*Download PDF / ePub / DOC / audiobook / ebooks



Download

Read Online

Produktinformation - Verkaufsrang: #338593 in Bücher Veröffentlicht am: 2011-08-24 Erscheinungsdatum: 2011-08-24 Abmessungen: 9.09 x .47b x 8.54l, Einband: Taschenbuch 144 Seiten | File size: 37.Mb

Von Beate Miller : Köstlich essen ohne Milch Ei: über 150 Rezepte bei Allergien und Laktose-Intoleranz before purchasing it in order to gauge whether or not it would be worth my time, and all praised Köstlich essen ohne Milch Ei: über 150 Rezepte bei Allergien und Laktose-Intoleranz:

Kundenrezensionen Hilfreichste Kundenrezensionen 3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Absolute Katastrophe Von Customer Ich bin eigentlich kein Rezension-Schreiber. Wenn mich etwas stört, dann denke ich mir meinen Teil, rge mich für mich und sehe meine Gedanken als subjektiv an und teile sie daher nicht mit. Aber in diesem Fall muss ich leider eine absolut negative Rezension schreiben. Ich habe mir dieses Buch gekauft um v.a. Ersatzprodukte für Milchprodukte kennenzulernen. Ich habe mir nicht sehr viele Rezepte durchgelesen, da ich schon beim Durchblättern des Buches schwer enttäuscht war. Es werden Rezepte vorgestellt, die zwar ohne diesen zwei Zutaten auskommen (was leider auch nicht stimmt, aber siehe hierzu weiter unten, der Punkt wird extra angesprochen, da grob fahrlässig), aber die meisten dieser Rezepte werden sowieso ohne diesen Zutaten zubereitet, wie z.B. Erdbeermarmelade oder Gurkensalat (nicht die Rede von Tzatziki) oder selbstgemachtes Msl; also für gefühlt die Hälfte der Rezepte benötigt man dieses Buch nicht, sondern kann man in jedem x-beliebigen Kochbuch nachblättern. Weiters sind einige der Rezepte normalerweise mit Milch oder Butter zuzubereiten, da wird verständlicherweise auf pflanzliche Produkte verwiesen. Aber das war es in dem Buch auch schon mit "Ersatzprodukten". Es gibt hier keine Ersatz-Rezepte für z.B.

Topfengerichte (Quarkgerichte), keine Sauerrahmersatzprodukte (saure Sahne/Schmand), etc. Also die wenigen Ersatzprodukte, die in den Rezepten vorkommen, sind die pflanzliche Milch bzw. Butter. Weiters werden auf jeden Fall zweimal Maggi Fix Produkte empfohlen (zudem wird in dem Buch auch die Marke genannt, das No-Go im No-Go eines Kochbuches), vielleicht auch noch fter. In einem Fall wird das Rezept normal angeschrieben und als Tipp für die schnelle Küche das Maggi Fix Produkt angegeben, was ja noch so weit okay ist, aber bei einem Rezept (Lasagne) wird als Zutat das Maggi Fix "Lasagne" angegeben, d.h. wenn man noch nie Lasagne gemacht hat, hat man nicht einmal die Chance, diese nach Anleitung zu kochen. Dann wollte ich vor ein paar Tagen einen milch- und eierlosen Gugelhupf backen. Keine Chance so ein Rezept in dem Buch zu finden. Es gibt einen Apfelkuchen mit Streusel, ansonsten was Sbackwaren anbelangt, besteht dieses Kochbuch zu 95% aus (Weihnachts-)Bäckerei. Und jetzt zu dem Punkt der absolut NICHTS in einem Kochbuch verloren hat, welches sich "ohne Milch" nennt, ist dieser hier: da ich sehr gerne Risotto koche und ich einige Rezepte mit Schlagobers (Schlagsahne, se Sahne) (zum Verfeinern) kenne, habe ich mir in der Hoffnung endlich ein neues Ersatzprodukt kennenzulernen, dieses Rezept durchgelesen und was steht da??? Man solle Parmesan in das Rezept reingeben. Was hat Parmesan in so einem Kochbuch verloren?? Egal ob es mir selbst obliegt ihn in das Risotto zu geben, diese Zutat hat nichts in dem Kochbuch verloren. Ich hoffe, ich habe nichts vergessen. Dieses Buch ist für mich die reinste Katastrophe und wenn es null Sterne gäbe, dann würde es dieses Buch bekommen. 4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Bieder und uninteressant von Gisela Um die Milch in einem Muffinrezept mit Sojamilch oder Wasser zu ersetzen, braucht man kein Kochbuch. Jeder Allergiker kennt die handelsüblichen Alternativen wie Mandelmilch, SojaDream als Sahnersatz oder "Dotterfrei" aus dem Reformhaus. Wie man sie verwendet ist selbsterklärend, selbst für absolute Anfänger. Wo sind die interessanten neuen Rezepte mit innovativen Zutaten wie Nussmehl oder Chia-Samen (oder z.B. Kseuchen aus Datteln und Cashewbutter)? Dieses "Kochbuch" ist so unoriginell, bieder und basic, dass es gar nicht hätte publiziert werden sollen. Der Tatsache, dass die meisten Allergiker oftmals auch kein Gluten (= Getreidemehl) vertragen oder sich gerne "low-carb" ernähren möchten, wird nicht Rechnung getragen. Praktisch das einzige geeignete "Rezept" dafür ist Obstsalat. Diesen bietet Beate Schmitt allen Ernstes auf mehreren Seiten als Dessert an, bei dem sich je nach "Rezept" jeweils nur die Obstsorten ändern. Ein Rezept für Obstsalat - wirklich?!?! Ich würde diesem "Kochbuch" null Sterne geben, wenn ich könnte. 12 von 13 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein "Kochbuch" bei denen mit Ttensuppen gekocht wird von Thrillseekers Hallo, wir waren auf der Suche nach einem Buch, das köstliches Essen ohne Milch und Ei verspricht. Der Titel klang interessant, wir bestellten dieses Buch. Nach dem Blättern in dem Buch schwenkte die Euphorie jedoch schnell in Enttäuschung um. In diesem Rezept wird bei einigen Rezepten mit "Instantpulver" gekocht, d. h. statt gesunden und frisch gekochten Gerichten werden hier Ttenprodukte von Magg* oder Knor* angepriesen. Dies kann es bei einem Kochbuch wohl echt nicht sein.

Kurzbeschreibung Tolle Rezepte für große und kleine Genießer Auf köstliche Kuchen, cremige Desserts und knusprige Pizza verzichten? überhaupt nicht nötig! Wenn Sie gegen Hühner- oder Milcheiweiß allergisch sind oder Milchzucker nicht vertragen, sind zwar einige Zutaten tabu, aber wie Ihnen köstliche Gerichte dennoch spielend leicht gelingen, zeigt Ihnen dieses Koch- und Backbuch. Abwechslung auf den Tisch: Von der schnellen Kleinigkeit für zwischendurch bis hin zu tollen Verwöhngerichten, Kuchen und Gebäck - diese Rezepte schmecken auch Ihrer Familie und Ihren Gästen. Natürlich finden Sie bei allen Rezepten die für Sie wichtigen Nährwerte sowie Zubereitungszeiten - so klappt das Kochen auch im stressigen Alltag. Köchenpraxis: Hier lernen Sie alle Ersatzprodukte für Milch und Ei kennen und erfahren, wie Sie diese richtig einsetzen. So gelingen der Kuchen ohne Ei und der Pudding ohne Milch kinderleicht. Basis-Wissen Allergie und Intoleranz: So finden Sie sich mit Ihrer Erkrankung zurecht. Und erfahren, worauf es beim Essen und Trinken jetzt ankommt. Viel Spaß beim Kochen und: guten Appetit! Klappentext Tolle Rezepte für große und kleine Genießer Auf köstliche Kuchen, cremige Desserts und knusprige Pizza verzichten? überhaupt nicht nötig! Wenn Sie gegen Hühner- oder Milcheiweiß allergisch sind oder Milchzucker nicht vertragen, sind zwar einige Zutaten tabu, aber wie Ihnen köstliche Gerichte dennoch spielend leicht gelingen, zeigt Ihnen dieses Koch- und Backbuch. Abwechslung auf den Tisch: Von der schnellen Kleinigkeit für zwischendurch bis hin zu tollen Verwöhngerichten, Kuchen und Gebäck - diese Rezepte schmecken auch Ihrer Familie und Ihren Gästen. Natürlich finden Sie bei allen Rezepten die für Sie wichtigen Nährwerte sowie Zubereitungszeiten - so klappt das Kochen auch im stressigen Alltag. Köchenpraxis: Hier lernen Sie alle Ersatzprodukte für Milch und Ei kennen und erfahren, wie Sie diese richtig einsetzen. So gelingen der Kuchen ohne Ei und der Pudding ohne Milch kinderleicht. Basis-Wissen Allergie und Intoleranz: So finden Sie sich mit Ihrer Erkrankung zurecht. Und erfahren, worauf es beim Essen und Trinken jetzt ankommt. Viel Spaß beim Kochen und: guten Appetit!