

Presstext

Die vegetarische Fünf-Zutaten-Küche

Schnell, einfach und köstlich



Aus nur einer Handvoll Zutaten!

Schluss mit langen Zutatenlisten und zeitaufwendigem Einkaufen! Anne-Katrin Weber zeigt in ihrem neuen vegetarischen Kochbuch, wie man mit maximal fünf Zutaten im Handumdrehen köstliche Gerichte zaubert. Basiszutaten wie Öl, Essig und ein paar Gewürze stehen in jedem Vorratsschrank. Dazu kommen fünf Zutaten, die alle im Supermarkt erhältlich sind. Für den schnellen Durchblick sorgen bebilderte Zutaten in den Rezepten – sodass man auf einen Blick weiß, was einzukaufen ist.

77 Rezepte finden sich in dem neuen Kochbuch der Erfolgsautorin. Viele davon sind glutenfrei, laktosefrei oder vegan. Unkompliziert und genussvoll sind sie alle. Anne-

Katrin Weber legt seit jeher großen Wert auf eine gesunde, saisonale Küche – egal, ob es sich um sättigende Salate, Suppen, mediterrane oder asiatische Gerichte, Knuspriges aus dem Backofen oder süße Schmankerl handelt.

Ein paar Kostproben gefällig? Avocado-Gurken-Tatar mit Limettenschmand, Süßkartoffelsuppe mit gerösteten Kichererbsen, Karotten-Zucchini-Nudeln mit Haselnusspesto, Masala-Kartoffeln mit rotem Linsen-Dhal, Ramen-Burger mit Räuchertofu und Bohnen, Flammkuchen mit Ziegenkäse und Apfel, N'ice Cream mit Mango und Banane – alles getreu dem Motto „Minimaler Aufwand, maximaler Genuss!“.

Bibliografische Daten

ISBN 978-3-95453-164-6

29,95 EUR (D), 30,80 EUR (A)

192 Seiten, Format 21 × 27 cm,

78 Fotos, gebunden, mit SU

Text Anne-Katrin Weber

Fotografie Wolfgang Schardt

Auslieferung März 2019

Text zur Veröffentlichung freigegeben. Cover-Daten und Presstext zum Download im Pressebereich unter www.bjvv.de. Bilder stellen wir gerne zur Verfügung. Pressekontakt: Valerie Mayer, vm@bjvv.de, 02103 90788-15

**BECKER
JOEST
VOLK
VERLAG**