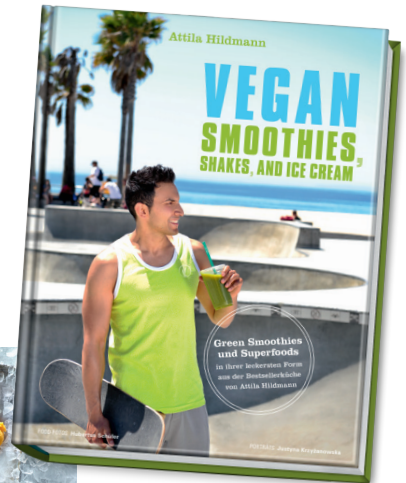


Presstext

Vegan Smoothies, Shakes, and Ice Cream

Green Smoothies und Superfoods in ihrer leckersten Form aus der Bestsellerküche von Attila Hildmann



Und mixen ... und fertig!

Sie wollen gesund leben, aber nicht kochen? Dann ist dieses Buch ein wahre Fundgrube extra schneller, gesunder, Superfood-reicher Drinks und Eissorten. Mit wenigen Handgriffen geviertelt und gemixt: Fertig ist der Smoothie oder das Fruit-Ice, das es mit jedem noch so gesunden Essen aufnimmt.

Attila Hildmann, bekanntester deutscher Vegankoch und erfolgreichster deutscher Kochbuchautor der letzten Jahre, kann sich selbst ein Leben ohne Mixer und Eismaschine nicht mehr vorstellen. Alle Rezepte des veganen Superstars, der den Superfoods in Deutschland zum Durchbruch verholfen hat, lassen

sich in weniger als zehn Minuten, meist noch viel schneller, realisieren. Abgeschmeckt mit feinen Aromen und passenden Gewürznoten sind seine Smoothies geschmacklich und gesundheitlich eine Klasse für sich. Denn Attila Hildmanns Rezepte sind auch hier wieder komplett cholesterinfrei. Mit seinen schnellen Ice- und Parfait-Kreationen hat er sogar ein Naschwerk geschaffen, das so gesund ist, dass Eltern sich endlich mit gutem Gewissen freuen dürfen, wenn der Nachwuchs noch ein Eis will.

Bibliografische Daten

ISBN 978-3-95453-121-9

16,95 EUR (D), 17,50 EUR (A)

144 Seiten, Format 19 x 24 cm,

100 Fotos, gebunden

Text Attila Hildmann

Fotografie Hubertus Schüler, Justyna Krzyzanowska

Auslieferung: Mai 2016

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, 0 21 03-9 07 88-15

**BECKER
JOEST
VOLK
VERLAG**