



Jamie Oliver

Cook clever mit Jamie

Günstig einkaufen - Bewusst essen - Alles verwerten

Clever genießen mit Jamie! In seinem neuen Kochbuch verrät Jamie Oliver, wie Sie mit einem kleinen Budget echtes Wohlfühlessen zaubern, das satt und glücklich macht. Denn was sein Publikum bewegt, ist Jamie wichtig: Der Austausch mit Fans über seine Webseite und die sozialen Netzwerke zeigte deutlich, wie groß das Bedürfnis nach leckeren Mahlzeiten ist, die den Geldbeutel schonen. Darauf hat er reagiert und ist mit seinem neuen Buch am Puls der Zeit! Ob für Paare, Singles, Familien oder Studenten-WGs - Cook clever mit Jamie bietet für jeden Haushalt 120 originelle Rezepte aus aller Welt, die wenig kosten und fantastisch schmecken. Jamies Gerichte mit Gemüse, Huhn, Rind, Schwein, Lamm und Fisch bringen gesunde Abwechslung auf den Tisch. Zu jedem Fleischkapitel gibt es ein Ausgangsrezept und anschließend eine ganze Reihe köstlicher Ideen zur Verwertung von Bratenresten. Für andere Reste wie Wein, Gemüse, Kräuter oder altbackenes Brot hat der Starkoch ebenfalls kreative Vorschläge parat, so dass möglichst wenig Lebensmittel verschwendet werden. Spar-Tricks für den Einkauf und Tipps zur Vorratshaltung unterstützen beim nachhaltigen Kochen und Genießen.



Jamie Oliver

Cook clever mit Jamie

Günstig einkaufen - Bewusst essen - Alles verwerten

ISBN 978-3-8310-2485-8

288 Seiten, 198 x 256 mm

366 farbige Abbildungen insgesamt

€ 24,95 (D) / € 25,70 (A)