



## Ran ans Gemüse!

### Mein vegetarisches Kochbuch

Jetzt wird's bunt auf dem Teller! In 24 vegetarischen Rezepten von herzhaft bis süß zeigen euch Jungs und Mädels in bebilderten Schritt-für-Schritt-Anleitungen, dass Kochen Spaß macht und Gemüsegerichte nicht nur gesund, sondern auch lecker sind. Ob grüner Smoothie, Tomaten-Auberginen-Auflauf, Muffins mit Haferflocken oder bunter Regenbogensalat – hier ist für jeden Geschmack etwas dabei! Damit ihr bei dieser Vielfalt nicht den Überblick verliert, sind die einzelnen Rezeptkapitel nach den Farben Grün, Rot, Blau & Lila, Gelb und Orange sortiert. So findet ihr auf einen Blick alle eure Lieblingsgemüsesorten – denn Bunt ist gesund! Wusstet ihr schon, dass Mais die Denkleistung und Süßkartoffeln die Augen stärken? In witzigen Zeichnungen erfahrt ihr spannende Infos über die Inhaltsstoffe und die positiven Auswirkungen eurer liebsten Gemüsesorten. Kreiert bunte und gesunde Gemüsegerichte, die Spaß machen und die Lust auf Vitamine wecken! Dieses Buch ist bei Antolin.de verfügbar.



### Ran ans Gemüse!

#### Mein vegetarisches Kochbuch

ISBN 978-3-8310-3216-7

80 Seiten, 225 x 285 mm

durchgehend Farbfotografien und Illustrationen

€ 12,95 (D) / € 13,40 (A)

Ab 6 Jahren