



Der Thermomix ist der Verkaufsschlager unter den Küchengeräten! Laut Vorwerk wird alle unglaublichen 30 Sekunden ein Gerät verkauft und zahlreiche Alternativenanbieter haben ebenfalls attraktive Geräte im Angebot. Besonders großer Beliebtheit erfreut sich der Thermomix bei Familien, die nach schnellen, unkomplizierten und zugleich gesunden Gerichten sind.

In dem hier vorliegenden Buch vereinen sich zwei große Themen der Familienküche: Das unkomplizierte Kochen mit einem Thermo-Küchengerät und die vollwertige Ernährung. Der Alleskönner in der Küche ist hierbei eine willkommene Unterstützung, denn er mahlt mühelos Mehl, gart getrocknete Hülsenfrüchte im Handumdrehen und bereitet sogar Joghurt oder Reismilch frisch zu. Die Rezepte in diesem Buch führen die Familie durch den Tag: Von köstlichen Frühstückskreationen für einen guten Start in den Tag über Hauptgerichte zum Sattessen, leckere Beilagen bis hin zu vollwertigen, gesunden Naschereien. Mit den Rezepten aus diesem Buch ist eine vollwertige Ernährungsweise nicht nur simpel, sondern auch lecker wie nie: Start in den Tag mit Karottenscones, Mittags einen Mexikanische Tomatensuppe, am Wochenende einen Paprika-Lamm-Hot-Pot, dazu einen Mediterranen Grünkohlsalat und zum Sonntagskaffee einen veganen Erdbeer-Cheesecake. Oh und wem dann noch etwas Gaumenkitzel fehlt, der greife zu einem Karamell-Nuss-Shake.

Die Autorin dieser wunderbaren Rezeptsammlung, **Tracey Pattison**, ist eine erfahrene Kochbuchautorin, Foodredakteurin und –stylistin. Sie ist ausgebildete Gesundheitsköchin und liebt es, ihr Wissen weiterzuvermitteln.

ISBN
240 Seiten, 210 x 264 mm
Über 240 Abbildungen
€ 0,00 (D) / € 20,60 (A)

DK Verlag Dorling Kindersley Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Jenifer Witte • Arnulfstraße 124 • 80636 München

Telefon: ++49/89/ 44 23 26-241 • Fax: ++49/89/ 44 23 26-410 • E-Mail: presse@dk-germany.de

Im Falle einer Besprechung bitten wir um einen Beleg. Vielen Dank im Voraus.