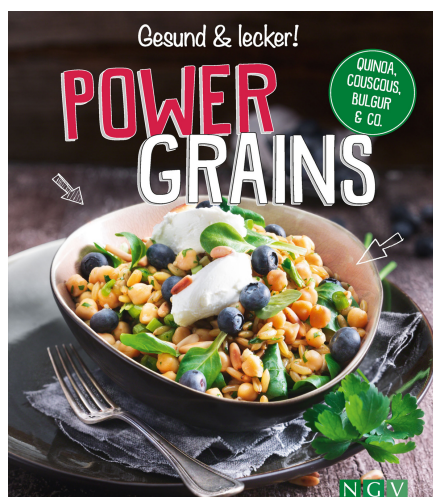


Powergrains

Quinoa, Couscous, Bulgur & Co.

Einfach besser essen



- Das eBook zum Trend-Thema
- 59 originelle Rezepte für jede Gelegenheit mit Couscous, Quinoa, Hirse, Amaranth & Co.
- Viele Gerichte glutenfrei, vegetarisch, vegan und vollwertig
- Mit ausführlicher Einleitung und vielen Tipps

Mehr Vielfalt in der Küche? Powergrains sind die neue, geniale Antwort! Die kleinen Körner stecken voller Energie, liefern jede Menge Vitalstoffe und zaubern aufregende Geschmackserlebnisse auf unsere Teller. Kein Wunder, dass sich Couscous, Quinoa, Hirse, Amaranth & Co. zu echtem Lifestyle-Food gemausert haben.

Avocado-Taboulé mit Granatapfel, Kamut-Kichererbsen-Salat mit Blaubeeren, Kräutern und Zitrone, Hirse-Vanille-Creme mit zimtigem Kirschkompott - unsere Rezepte sind aufregend neu, überzeugend einfach, großartig im Geschmack, schön in der Optik und obendrein auch richtig gesund. Vom Frühstück bis zum Abendessen, ob als Salat, Suppe, Smoothie, Gebäck oder Auflauf - mit Powergrains isst man besser!

Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH

128 Seiten, Format EPUB

ISBN: 978-3-8155-6965-8

3,99 EURO