

Vegan Tapas 150 Quick And Delicious Snacks And Bites For Sharing

"Wir alle sind verrückt nach Deliciously Ella." The Times Vom entspannten Frühstück und Mittagessen über Snacks zum Mitnehmen bis hin zu einfachen Abendessen: Das sind die Rezepte, nach denen Ella immer wieder gefragt wird. Ellas neuestes Buch präsentiert die beliebtesten Gerichte und zeigt, wie viel Spaß natürliche Lebensmittel machen können. Neben 100 pflanzlichen Rezepten erhält der Leser zum ersten Mal einen persönlichen Einblick in Ellas Reise: angefangen mit ihrem ersten Blog, den sie zu schreiben begann, um sich selbst zu heilen, über die Etablierung einer eigenen Marke bis hin zu einer erfolgreichen Geschäftsfrau. Mit Tagebuchauszügen und unwiderstehlichen Rezepten für jeden Tag mit einfachen, nahrhaften Zutaten, ist dieses Buch ein Muss für Fans und Gourmets gleichermaßen. Eine Reise in einen der aufregendsten kulinarischen Orte der Welt Dieses Buch ist ›dreifach‹ unwiderstehlich! 1. Dank seiner luxuriösen Ausstattung mit Prägung, Goldfoliendruck und pinkfarbenem Schnitt. 2. Wegen der außergewöhnlichen Gestaltung und Fotografie, welche die unglaubliche Vielfalt an Geschmäckern die diese Stadt ausmachen, quasi live erlebbar macht. 3. Aufgrund der authentischen Stories und Rezepte. TOKYO STORIES ist eine spannende Reise mit dem Tokyo-Kenner Tim Anderson, der in den Labyrinthen der unterirdischen Kaufhäuser genauso zuhause ist, wie in den Restaurants der obersten Luxushoteletagen und in den unzähligen Nudelläden, Sushi-Bars und Yakitori-Hütten dazwischen. Mit sicherem Instinkt hat er die Rezepte aufgespürt, in denen sich die schillernden Facetten der urbanen Genusswelt aufs Beste widerspiegeln. Dazu gehört eine cremige Maissuppe aus einem Food-Automaten genauso, wie ein unerwartet gutes Cheese-Fried-Chicken aus einem Convenience-Store. Authentische Gerichte wie Gyoza, Ramen, Onigiri, selbstgemachte Currys, Udon und vieles mehr dürfen natürlich nicht fehlen. Mit über 80 vor Ort recherchierten Rezepten, deren Quellen sich in spannenden Reportage- und Food-Fotos widerspiegeln, und den lebendig erzählten Anekdoten des Autors, ist dieses Buch ein Muss für jeden Tokyo-Fan und für alle, die verdammt gutes japanisches Essen lieben. Now you can enjoy tasty vegan cuisine with your friends and family. Features recipes perfect for tapas, meze, buffets, picnics or for simply enjoying in front of the TV. All are simple to prepare and made using accessible, everyday ingredients, making them suitable for all levels of experience. Vegans and vegetarians will love the variety offered by Vegan Tapas. Yet this easy to use book is also useful for anyone who has to cater for a vegan or vegetarian. It can be tricky knowing what to cook for a vegan or vegetarian when you are not used to cooking this way. Vegan Tapas has the answer. There is something for everyone and you will not be stuck for ideas. The chapters DIPS - includes Sweet Chilli Sauce, Minty Cream Dip TOPPINGS - includes Mushroom Pate, Roasted Tomatoes and Olives VEGETABLES - includes Eggplant Bites, Stuffed Jalapenos, Marinated Capsicum Strips 'CHEESE' and TOFU - includes Classic Tortilla, Parmesan-Style Wafers, Devilled Tofu GRAINS, PULSES and NUTS - includes Rice Cubes, Spiced Chickpeas, Herby Nuts POTATOES - includes Baby Hasselbacks, Mediterranean Potato Shells, Potatoes in Garlic Sauce BREAD, POLENTA and FRITTERS - includes Bruschetta, Polenta Fingers, Artichoke Fritters PASTRIES and BISCUITS - includes Tomato and Mustard Quiches, Spring Rolls, Tofu and Cranberry Puffs DESSERTS - includes Speedy Banoffee Pies, Spicy Cookies with Orange Cream, Shortbread Whether you are sharing with one other or a crowd, you are sure to find something to please.

E-Book zur 2. komplett überarbeiteten und aktualisierten Auflage 2021 Weißer Strand bis zum Horizont, blaues Meer und malerische Dünen - Dänemarks 500 km lange Nordseeküste lädt ein zu entspannenden Spaziergängen, einem erfrischenden Bad in der Brandung und wärmenden Abenden am Kaminfeuer. Heidi Schmitt zeigt in ihrem zweiten Reiseführer für den Michael Müller Verlag, was das Land der Wikinger darüber hinaus zu bieten hat: Highlights wie das UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer, die Mittelalterstadt Ribe und den Künstlerort Skagen, aber auch Kirchen, Leuchttürme, Museen, Hafenstädte, Wanderdünen und sehenswerte Inseln. Das Buch gibt viele Tipps für Aktivitäten in der Natur und actionreichen Wassersport wie das Brandungssurfen in "Cold Hawaii". Dänemark begeistert auch Kinder - sie haben Spaß in faszinierenden Meeresaquarien oder im Legoland Billund. Der Reiseführer erzählt interessante Geschichten von Küstenfischern, Schnapsbrennern und Design-Legenden, bietet reizvolle GPS-Touren, findet tolle Wohnmobil-Stellplätze, blickt in die Kochtöpfe der neuen nordischen Küche, stellt die schönsten Wellness-Oasen vor und zeigt, wo man "Hygge" am schönsten erleben kann.

Ob köstliche Tapas oder die unglaublich vielfältigen Hülsenfrüchte-, Reis- oder Gemüsegerichte – Essen bedeutet in Spanien vor allem eines: gelebte Gemeinsamkeit, entspannt und genussvoll. Ein großer Teil der traditionellen Speisen war immer schon vegetarisch – ein Rezeptschatz, der es wert ist, in der Vegetarisch-Reihe gehoben zu werden! Tauchen Sie ein in die Geheimnisse der spanischen Küche: Sie zeigt nicht nur im Umgang mit Gewürzen und Trockenfrüchten maurische Anklänge. Für neue Zutaten war hier die erste Station auf dem Weg von Übersee nach Europa, neue Einflüsse haben über die Jahrhunderte die regionale Küche geprägt. Im sonnenverwöhnten Spanien gibt es fast ganzjährig frisches Gemüse und Obst, alle Rezepte sind auch in heimischen Küchen leicht nachzukochen. Wie in allen Vegetarisch-Bänden sind die Rezepte entsprechend der Verfügbarkeit der Zutaten nach Saisonen gegliedert.

»Ich bin einer von ungezählten Millionen, die durch Nelson Mandelas Leben inspiriert wurden.« Barack Obama Eine fast drei Jahrzehnte währende Gefängnishaft ließ Nelson Mandela zum Mythos der schwarzen Befreiungsbewegung werden. Kaum ein anderer Politiker unserer Zeit symbolisiert heute in solchem Maße die Friedenshoffnungen der Menschheit und den Gedanken der Aussöhnung aller Rassen wie der ehemalige südafrikanische Präsident und Friedensnobelpreisträger. Auch nach seinem Tod finden seine ungebrochene Charakterstärke und Menschenfreundlichkeit die Bewunderung aller friedenswilligen Menschen auf der Welt. Mandelas Lebensgeschichte ist über die politische Bedeutung hinaus ein spannend zu lesendes, kenntnis- und faktenreiches Dokument menschlicher Entwicklung unter Bedingungen und Fährnissen, vor denen die meisten Menschen innerlich wie äußerlich kapituliert haben dürften.

Die Zukunft ist grün - das Kochbuch für eine bessere Zukunft! Ist die Bio-Zucchini aus Italien besser oder die konventionell angebaute aus der Region? Sind Tüten aus Bioplastik wirklich nachhaltiger? Sind Fleischersatzprodukte überhaupt gesund? Fragen über Fragen... Antworten gibt's in "Veggie for Future!" Hier finden sich 111 Gründe und Rezepte, sich vegetarisch zu ernähren und zeigen, was man beim Einkauf beachten kann, wie man Müll in der Küche vermeidet und wo sich Plastik sparen lässt. Darüber hinaus präsentieren Tanja Dusy und Inga Pfannebecker viele grüne Rezepte, die so wahnsinnig gut schmecken, dass niemand Fisch oder Fleisch vermisst. Carrot-Hot-Dog, Rüben-Risotto oder Rote-Bete-Pasta sind nur einige der nachhaltigen Rezepte, die regional, saisonal und dennoch mit Wow-Faktor sind. Das Kochbuch für alle, die ihren ökologischen Fußabdruck klein halten und bewusst mit Lebensmitteln und den natürlichen Ressourcen umgehen möchten.

An expanded, revised, and exhaustively updated 20th anniversary edition of the book that fired the first shot—a comprehensive and entertaining guide to living gluten-free Way ahead of its time, the original edition of this book, Against the Grain, was the first book of its kind: a funny, supportive, and absolutely essential handbook for gluten-free living. With two successful editions and countless devoted fans, this book has helped thousands of gluten-free readers follow their diets with creativity, resourcefulness, and, always, good humor. The Gluten-Free Revolution is fully revised and updated with the newest resources and information, and is packed with authoritative, practical advice for every aspect of living without gluten. With her signature wit and style, Lowell guides readers through the intricacies of shopping; understanding labels, from cosmetics to prescription drugs; strategies for eating out happily and preparing food safely at home; advice about combining gluten-free eating with any other diet, like gluten-free-paleo and gluten-free-dairy-free; negotiating complicated emotional and interpersonal reactions to your new diet;

and includes fabulous gluten-free recipes from the best chefs in the world, including Thomas Keller, Rick Bayless, Alice Waters, Bobby Flay, and Nigella Lawson, among many others. The Gluten-Free Revolution remains the ultimate and indispensable resource for navigating your gluten-free life.

Provides details on how to feel better by making smart food choices and exercising, with information on meal planning and food shopping.

An accessible book of 100 easy-to-make recipes for delicious dishes prepared in your air fryer, including roasting, frying, baking, dehydrating, and proofing bread. Authorized by Instant Brands. Air fryer ovens are wildly versatile appliances, and the newest model from Instant Brands, ranked #1 in the category, promises to be the best of them all. They have the requisite air fryer basket, as well as an oven rack, baking sheet, and rotisserie spit. The temperature settings are precise and wide-ranging, allowing you to do everything from dehydrating jerky and proofing bread dough to high-heat roasting and broiling. The Ultimate Air Fryer Oven Cookbook makes use of all of these functions and more! The recipes include family-friendly breakfasts such as baked oatmeal and breakfast burritos, snacks and appetizers such as vegetable spring rolls and Scotch eggs, and a wide variety of lunches and dinners for vegetarians and omnivores alike. Whether you have a fully equipped kitchen or a studio kitchenette, you can cook wholesome and delicious meals for any occasion, all with one countertop appliance.

Multikulti-Häppchenparade: Hier kommen die kleinen Großartigkeiten, die sich mal als italienische Antipasti, mal als spanische Tapas, mal als orientalische Mezze oder auch als einheimische Häppchen ausgeben. Ob Vitello tonnato, Pimientos de padron, Rote-Bete-Falafel oder Mini-Matjes-Schichtsalat, die kleinen Appetizer machen in jeder Form eine gute Figur und sorgen für Ahs und Ohs bei Ihren Gästen. Das Beste: Weil sich die Häppchen super vorbereiten lassen, feiern Sie als Gastgeber auf die mediterrane Weise, nämlich ganz entspannt mit. Und wenn Sie sich bei all den verlockenden Rezepten so gar nicht entscheiden können, stöbern Sie einfach in den Vorschlägen für ganze Häppchen-Menüs. Viele gute Tipps rund um die Organisation machen die Planung ganz einfach. So werden alle häppchenweise satt und glücklich!

La collection historique du Petit Futé a fait peau neuve et vous propose le CityBook : le livre de votre ville ! Il a adopté un format mini-magazine et vous propose des rencontres avec des interviews, des découvertes pour mieux vivre au quotidien et ses coups de coeur : des restaurants qui se distinguent, des adresses insolites, d'autres qui viennent d'ouvrir et qui sont de véritables pépites en devenir. Des personnalités sont également mises à l'honneur et bien sûr, vous retrouvez la base d'un Petit Futé : les bons plans. Que ce soit pour se régaler à une bonne table, s'amuser, sortir, faire du sport ou prendre soin de soi en faisant du shopping, la ville est passée au peigne fin et vous en retrouvez le meilleur dans cette édition. Petit Futé, vous allez redécouvrir votre ville et vous aurez des bons plans et des expériences à partager !

Indianapolis Monthly is the Circle City's essential chronicle and guide, an indispensable authority on what's new and what's news. Through coverage of politics, crime, dining, style, business, sports, and arts and entertainment, each issue offers compelling narrative stories and lively, urbane coverage of Indy's cultural landscape.

Mit dem Lonely Planet China auf eigene Faust durch das Reich der Mitte! Etliche Monate Recherche stecken im Kulturreiseführer für Individualreisende. Auf mehr als 1000 Seiten geben die Autoren sachkundige Hintergrundinfos zum Reiseland, liefern Tipps und Infos für die Planung der Reise, beschreiben alle interessanten Sehenswürdigkeiten mit aktuellen Öffnungszeiten und Preisen und präsentieren ihre persönlichen Entdeckungen und Tipps. Auch Globetrotter, die abseits der ausgetretenen Touristenpfade unterwegs sein möchten, kommen auf ihre Kosten. Wie wäre es beispielsweise mit einem Tag in Nanjicun, dem letzten maoistischen Kollektiv Chinas? Oder mit Bier? Im Juli findet im Küstenort Dalian das Internationale Bierfestival statt. Lieber aktiv werden? Kein Problem! China ist nicht nur eines der größten, sondern auch landschaftlich vielseitigsten Länder der Erde mit faszinierenden Landschaften. Vielleicht ist eine Wandtour der beste Weg, um das wahre China zu erleben. Und wo unterwegs übernachten und essen? Für jeden größeren Ort gibt es eine Auswahl an Unterkünften und Restaurants für jeden Geschmack und Geldbeutel. Abgerundet wird der Guide durch Übersichts- und Detailkarten, ein Farbkapitel zu den 29 Top-Erlebnissen, Reiserouten, Themen-Kapitel Chinesische Kampfkunst sowie Glossar und - damit Sie gut durchs Land kommen - einen Sprachführer. Der Lonely-Planet-Reiseführer China ist ehrlich, praktisch, witzig geschrieben und liefert inspirierende Eindrücke und Erfahrungen.

Who knew "slow" could be so fast? Well, it can be—whether you're an experienced cook or a slow-cooker newbie—with this cookbook of set-and-forget vegan meals! Ever wished you could have a healthy, delicious, home-cooked dinner waiting for you when you get home? Well, stop dreaming and start cooking! In Quick and Easy Vegan Slow Cooking, Carla Kelly brings you over 150 recipes for nourishing, whole foods-based meals, with easy-to-find, economical ingredients, simple cooking techniques, and minimal prep time. Whatever your skill level, Carla's got you covered for slow-cooked meals year round—from hearty, comforting winter fare to light summer dinners that won't heat up your kitchen. If you spend a few minutes in the morning or the night before, you can come home to the aromas of these classic favorites and unique new flavors: • Triple Tomato Soup • Smoky Mushroom and Tofu Stroganoff • Pumpkin and Tomato Dal • Crème of Broccoli Soup • Tempeh Tikka Masala • Kidney Bean and Sweet Potato Chili • Creamy Leek and Almond Pasta • Classic Polenta, and much more! There's something here for everyone and every occasion: Kids will cheer for simple favorites like Franks'n'Beans and Cheesy Mac, and your friends will ooh and aah over sophisticated, holiday-ready dishes like Asparagus and Pine Nut Vodka Risotto. You'll find nourishing soups, stews, casseroles, chilies, curries, pasta bakes, and sides that draw from an eclectic, global range of culinary influences to fill your every craving—not your every moment. With handy slow-cooking tips, lists of gluten- and soy-free recipes, and a collection of easy sides to accompany your slow-cooked main course, this book is an all-in-one guide for every vegan on the go. So pull out your slow cooker, roll up your sleeves, and get set to forget—until dinnertime, that is!

Named One of the top five cookbooks of 2012" by Vegetarian Times magazine and One of the top 10 Vegan Cookbooks of the Year by VegNews magazine A Culinary Tour de Force of Europe's Most Treasured Dishes Are you looking for delicious and healthy cuisine that can fit into your busy lifestyle? Do you long for the robust flavors of Italy, France, Spain, or Greece but haven't found tasty animal-free recipes? Look no further! The 30-Minute Vegan is where the Joie de vivre meets la dolce vita to satisfy even the most discriminating palates. Award-winning author and chef Mark Reinfeld tackles the meaty fare that is European cuisine, offering inspired plant-based versions of everything from

manicotti to French onion soup, moussaka to "notwurst." Including key pantry ingredients (with a special section on herbs), raw and gluten-free options (virtually all of the recipes are gluten-free), and suggestions for wine and beer pairings, Taste of Europe is a revolutionary cookbook that will help you to recreate all of your favorite classic European dishes in 30 minutes or less. The book consists of seven sections: 1. Italy with recipes including Fire Roasted Minestrone, Fettucini Alfredo, Tofu Scallopini, Gnocci, Manicotti, and Vegan Gelato. 2. France with recipes including French Onion Soup, Quiche Monet, Seitan Bourguignon, and Chocolate Hazelnut Crepes. 3. Spain and Portugal with recipes including Gazpacho, Empanadas, Artichoke Heart and Saffron Paella, Tempeh Romesco, Almond Brittle, and Horchatta. 4. United Kingdom and Ireland with recipes including Irish Stew, Scottish Crumpets, Yorkshire Pudding, Vegetable Pot Pie and Currant Scones. 5. Greece with recipes including Stuffed Grape Leaves, Tzatziki, Moussaka, Spanikopita, and Baklava. 6. Germany with recipes including Beer Soup, Vegan Schnitzel, Tempeh Sauerbraten, Apple Strudel, and Black Forest Parfait. 7. Europe Fusion with an assortment of recipes from Poland, Iceland, Hungary, Romania, Finland, Czechoslovakia, Switzerland and more!

Reiseblogger Sebastian Canaves gibt in seinem Buch wichtige Tipps und Ratschläge für alle, die eine Reise fernab der bekannten Pfade erleben wollen: Wie plant man einen abenteuerlichen Individualurlaub? Wie funktioniert Work & Travel? Was kostet eine Weltreise, und wie spart man am besten dafür? Was gehört in den Rucksack, was ist verzichtbar? Welche Länder lohnen überhaupt noch? Mit Humor und zahlreichen persönlichen Erlebnissen gibt der Autor Einblick in seinen Erfahrungsschatz als (Welt-)Reisender und verrät in mehr als 100 Tipps, wie man seinen Reisetraum leben kann.

Lonely Planet E-Books sind besonders praktisch für unterwegs und sparen Gewicht im Reisegepäck! E-Book basiert auf: 3. deutsche Auflage 2019 Mit dem Lonely Planet Madrid auf eigene Faust durch die lebendige Hauptstadt Spaniens! Etliche Monate Recherche stecken im Kultreiseführer für Individualreisende. Auf mehr als 250 Seiten geben die Autoren sachkundige Hintergrundinfos zum Reiseland, liefern Tipps und Infos für die Planung der Reise, beschreiben alle interessanten Sehenswürdigkeiten mit aktuellen Öffnungszeiten und Preisen und präsentieren ihre persönlichen Entdeckungen und Tipps. Auch Globetrotter, die abseits der ausgetretenen Touristenpfade unterwegs sein möchten, kommen auf ihre Kosten. Wie wäre es beispielsweise mit Hochburgen innovativer Küche? Das gefeierte baskische Team Juan Mari und Elena Arzak bereiten im Restaurant Sandó tolle madrilensische Gerichte zu. Oder lieber moderne Architektur bestaunen? Oder lieber grüne Oasen entdecken? Gleich an einem der geschäftigsten Boulevards Madrids, lädt Real Jardín Botánico zu einer verdienten Verschnaufpause inmitten exotischer Pflanzen ein. Wo unterwegs übernachten und essen? Für jedes Stadtviertel gibt es eine Auswahl an Unterkünften und Restaurants für jeden Geschmack und Geldbeutel. Abgerundet wird der Guide durch Übersichts- und Detailkarten, einem praktischen Cityplan im Hosentaschenformat zum Heraustrennen, einem Farbkapitel zu den 10 Top-Highlights, 3D-Plan des Museo del Prado, Extra-Kapitel zu den Themen Ausgehen, Shoppen und Szene, Themen-Kapitel Flamenco und Tagesausflug nach Toledo sowie Glossar und - damit Sie gut verständlich ankommen - einem Sprachführer. Der Lonely-Planet- Reiseführer Madrid ist ehrlich, praktisch, witzig geschrieben und liefert inspirierende Eindrücke und Erfahrungen. Tipp: Erstellen Sie Ihren persönlichen Reiseplan durch Lesezeichen und Notizen... und durchsuchen Sie das E-Book mit der praktischen Volltextsuche!

Whether you're zip-lining through cloud forests, relaxing on a wellness retreat, or swimming with manta rays, discover the real pura vida with Moon Costa Rica. Inside you'll find: Flexible, strategic itineraries designed for backpackers, beach-lovers, adventure travelers, honeymooners, and more, including the best beaches for swimming, sunsets, and seclusion The best spots for eco-friendly outdoor adventures like kayaking, hiking, and scuba-diving: Swim under a waterfall, raft over rapids, explore mysterious caves, and cliff-dive into river pools. Hike to the summit of Mount Chirripó, the highest point in Costa Rica, snorkel with sea turtles in warm turquoise water, or soak in a volcanic mineral pool Unique and authentic experiences: Admire the forest floor from the middle of a hanging bridge, or take an aerial tram to lake, volcano, and ocean views. Relax on a pristine beach and watch the sunrise with a cup of flavorful local coffee. Fill up on fried plantains at a traditional soda, and shop at a neighborhood mercado Insight from Cartago local Nikki Solano on how to experience Costa Rica like an insider, support local and sustainable businesses, avoid crowds, and respectfully engage with the culture Full-color photos and detailed maps throughout Background information on Costa Rica's landscape, history, and cultural customs, as well as volunteer opportunities Handy tools including a Spanish phrasebook, packing suggestions, and travel tips for disability access, solo travelers, seniors, and LGBTQ travelers With Moon's practical tips and local know-how, you can experience Costa Rica your way. Exploring more of Central America? Check out Moon Belize.

Great Gluten-Free Vegan Eats From Around the World is a cookbook for the home chef who likes to explore a world of cuisines, regardless of allergies or dietary restrictions. Step inside and travel the globe while still adhering to your plant-based, gluten-free diet with ethnic entrees you may have thought were off-limits, but are actually even better re-imagined! From European classics like Fig Pastries with Clotted Cream and English Cottage Pie to Caribbean specialties like Jamaican Jerk Tofu and Plantain and Potato Soup, you'll dine on delicious dishes from all around the globe, while still pleasing every palate at your table. Author Allyson Kramer, founder of the popular g-free vegan blog Manifest Vegan (<http://www.manifestvegan.com>), will walk you through each and every recipe—most of which include a photo—showing you exactly how to create gourmet meals that are impressive enough for even the most seasoned foodie. From tempting appetizers, to hearty mains, to luscious desserts, you'll find more than 100 globally-inspired recipes that prove eating vegan and gluten-free doesn't have to be a sacrifice, but rather an international delight!

Mehr als 300 vegane Rezepte im brandneuen Vegan-Kochbuch. Jetzt loskochen und genießen! Eine riesige Auswahl an bewährten und alltagstauglichen Rezepten wartet in dem neuen Kochbuch „Vegan! Das Goldene von GU“ auf Sie. Volle 400 Seiten mit Rezepten, Tipps und Tricks für die vegane Küche liefern Ihnen tagtäglich Inspiration, was Sie

kochen, backen und zubereiten können. Dabei gibt es Rezepte aus diesen Kategorien: Vegane Basics Frühstücksideen To go und Zwischendurch One-Pot-Seelenfutter Hauptgerichte für jeden Tag Küchenklassiker vegan Süßes gerührt und gebacken Alltagstauglich vegan ist die Devise. Denn niemand hat Lust auf aufwändiges, stundenlanges Kochen mit 1000 Ersatzprodukten. Die Rezepte zeigen, wie einfach und schnell die vegane Küche ohne tierische Zutaten funktioniert und wie hervorragend rein pflanzliche Rezepte schmecken. Dabei ist für jeden Geschmack etwas dabei: mit oder ohne Soja, glutenfrei, low carb, no carb sowie milcheiweißfrei. Probieren Sie unbedingt: Oatmeal aus dem Ofen Green Power Bowl mit Avocado und Kiwi Bulgursalat mit scharfen Möhren Rucola-Tempeh-Salat Veggielicious-Burger mit Rotkohl Süßkartoffel-Sauerkraut-Topf mit Tofu Vegane Küche – endlich kreativ und einfach Wussten Sie, dass man Hafer- und Mandeldrink ebenso selbst machen kann wie Seitan? Denn diese sind unverzichtbar beim veganen Kochen und Backen. Lernen Sie, wie man mit wenigen Zutaten und einfachen Küchengeräten viele Basics selbst herstellen kann. Das umfangreiche Rezeptbuch klärt außerdem über wichtige Nährstoffe auf und zeigt, dass viele Vorurteile nicht wahr sind. Freuen Sie sich auf viel Inspiration für die vegane Alltagsküche, leckere Backrezepte und Torten sowie eine große Auswahl an Rezepten für jeden Gaumen: Egal ob Single, Großfamilie, Party mit Freunden oder Meal Prep fürs Büro.

The 50 plant-based boards and platters in Vegan Boards are incredibly beautiful to the eye and deliciously tempting to the palate.

Food-Boards sind der neueste heiße Trend! Statt stundenlang in der Küche zu stehen und für die Freunde zu kochen, bereiten wir heute tolle Platten und Teller vor, von denen sich die Gäste bedienen. Passend zum Anlass und zur Jahreszeit werden die Boards zudem als Motive angerichtet. Das perfekte Sharing-Erlebnis ist gesichert. Also Mettigel und russische Eier ade – heute gibt es Charcuterie Boards, Cheese Boards und vieles mehr!

MARCO POLO E-Books sind besonders praktisch für unterwegs und sparen Gewicht im Reisegepäck! E-Book basiert auf: 2. Auflage 2021 Urlaub zwischen Moor und Meer mit dem MARCO POLO Reiseführer Cornwall & Devon Steht dir der Sinn nach Strand und Surfen oder nach Geschichte und Sightseeing? Magst du hippe Bars oder lieber rustikale Pubs? Fühlst du dich in modernen Hotels mit Infinitypool wohl oder doch eher in gediegenen Häusern mit Afternoon Tea und lauschigem Garten? So oder so: Cornwall und Devon haben das Richtige für dich! Mit dem MARCO POLO Reiseführer tauchst du ein in die Welt der Rosamunde-Pilcher-Romane und stellst dir genau den Urlaub zusammen, den du dir wünschst! Smarter reisen mit der kostenlosen MARCO POLO Touren-App zur schnellen Orientierung Mit vielen Insider-Tipps von Einheimischen für Shopping, Restaurants und Feiern Reisen mit Kindern, kleinem Budget oder bei schlechtem Wetter? Mit den MARCO POLO Best-of-Tipps bist du für alles gerüstet! Niemals planlos dank neuer Karten: Alle Highlight-Karten und Stadtpläne wurden komplett überarbeitet Auf den Spuren von Miss Marple mit den MARCO POLO Erlebnistouren Cornwall und Devon haben für jeden Geschmack etwas zu bieten. Wirf dich auf deinem Board in die Wellen vor Woolacombe Beach oder wandere den South West Coast Path entlang rund um die fantastische Steilküste. Beobachte dabei die süßen Dartmoor-Ponys oder schieße Selfies in Agatha Christies Garten, bevor du abends gemütlich einkehrst. Cream Tea mit Scones oder Pint im Pub? Du entscheidest – und mit den Tipps in deinem MARCO POLO Reiseführer Cornwall & Devon verpasst du garantiert keins der vielen Highlights!

LIVING GLUTEN-FREE CAN BE EASY. Simply ... Gluten-free Quick Meals makes gluten-free cooking fast and stress-free for everything from everyday suppers to holiday entertaining. This cookbook offers more than a hundred recipes that are easy to prepare--and delicious, too--for main dishes, side dishes, and desserts. Carol Kicinski covers everything you need, including whole meals for weekday dinners that can be prepared in half an hour, recipes for single dishes that can be prepared in fifteen minutes or less, breakfast and brunch menus and standalone recipes for breakfast on the go, and even recipes specific to traditional holiday meals. She also includes basic gluten-free mixes such as flour blends, biscuit and pancake mixes, and spice mixtures that can be stored and used in a variety of recipes. With a wide range of recipes for all types of situations, Simply . . . Gluten-free Quick Meals will help to make your time in the kitchen, and possibly your life, a little easier.

Herzhafte Leckerbissen neu interpretiert – mit Tapas-Rezepten aus Spanien und der ganzen Welt! Sich nach Barcelona träumen und in einer überfüllten Bar köstliche Kleinigkeiten genießen – mit diesem Kochbuch holen Sie sich das Flair ganz einfach in die eigene Küche. Neben Spanien gibt es aber noch viele weitere Orte zu bereisen, denn neben gebratenen Pimientos lassen sich auch Samosas mit Joghurt-Minz-Dip oder Hähnchen-Avocado-Quesadillas darin finden – Tapas internacional eben. In diesem Kochbuch erwarten Sie: 70 raffinierte Rezepte Tapas around the world – köstliche Kleinigkeiten rund um den Globus neben traditionellen Tapas auch vegane und vegetarische Varianten Was kostet die Welt? Hier gibt es große Destinationen zum kleinen Preis! Spätestens in Corona Zeiten hat jeder gelernt was Fernweh bedeutet. Wenn es aber schon nicht live geht, dann eben über Geschmäcker – das beste dabei: über Geschmäcker in Tapas-Form. In diesem Kochbuch bereisen wir ganze 4 Kontinente: Europa, Afrika, Südamerika und Asien. Zum Beispiel erwarten uns herzhafte Antipasti-Pilze in Italien, Fetatäschchen in Griechenland, Garnelen-Tacos mit Avocado-Mango-Salsa aus Mexico und eine fernöstliche Mango-Chili-Sauce – und das alles in Miniaturform! Das beste: Keiner wird ausgeschlossen! Denn neben traditionellen Kompositionen mit Fisch und Fleisch, kommen auch vegane und vegetarische Kleinigkeiten auf den Teller – so treffen die Häppchen auch unter den Mitreisenden aus dem Freundes- und Familienkreis jeden Geschmack.

Raffiniert leichte vegetarische Küche! Bewusst genießen, ohne stundenlang am Herd zu stehen – Anna Jones' leichte, frische Rezepte passen perfekt zur modernen Lebensweise. Ihre raffinierten Kreationen erkunden die Vielfalt des saisonalen Angebots und bieten neue Geschmackserlebnisse. So bringt sie einen neuen Dreh in die vegetarische Küche mit Gerichten, die gesund und lecker sind, satt und einfach glücklich machen, wie: • Blaubeer-Amaranth-Porridge für einen guten Start in den Tag, • Rote-Bete-Curry mit Hüttenkäse zum Lunch, • Safran-Ratatouille zum Abendessen, • jede Menge Ideen für Desserts, Kuchen, Brot und Chutneys, • und zahlreichen veganen und glutenfreien Alternativen. Einfach gut essen!

Lust auf süße Kleinigkeiten? Dann sind die Mini-Kuchen aus dem Glas genau das Richtige, ob zum Sofort-Vernaschen oder Später-Genießen. Hier werden kleine Kuchen aus aller Welt gebacken und Klassiker wie Neuentdeckungen ins Glas gepackt. Die Kuchenzwerge sind wunderbar schnell zubereitet und mindestens 4 Wochen haltbar. Gut verpackt sind sie ebenso ein witziges Mitbringsel wie jederzeit picknick- und partytauglich.

Mit dem Lonely Planet New York auf eigene Faust in die Stadt, die niemals schläft! Etliche Monate Recherche stecken im Kultreiseführer für Individualreisende. Auf mehr als 400 Seiten geben die Autoren sachkundige Hintergrundinfos zum Reiseland, liefern Tipps und Infos für die Planung der Reise, beschreiben alle interessanten Sehenswürdigkeiten mit aktuellen Öffnungszeiten und Preisen und präsentieren ihre persönlichen Entdeckungen und Tipps. Auch Globetrotter, die abseits der ausgetretenen Touristenpfade unterwegs sein möchten, kommen auf ihre Kosten. Wie wäre es beispielsweise mit New York 24 Stunden lang? Man hat New York nicht erlebt, wenn man nicht das "Recession Special" im 24-Stunden-Restaurant Gray's Papaya (zwei Hotdogs und ein Papaya-Drink) probiert hat. Und wo unterwegs aktiv werden und essen? Für jeden größeren Ort gibt es eine Auswahl an Unterkünften und Restaurants für jeden Geschmack und Geldbeutel. Abgerundet wird der Guide durch Übersichts- und Detailkarten, einem praktischen Cityplan im Hosentaschenformat zum Heraustrennen, ein Farbkapitel mit 16 Top-Erlebnissen, 3D-Plan Central Park, inspirierende Fotos, Kapitel zu den Themen Ausgehen, Shoppen und Szene, Ausflug-Tipps von Insidern, fundierte Hintergrundinformationen, inspirierende Fotos sowie Glossar und - damit Sie gut durchs Land kommen - einen Sprachführer. Der Lonely-Planet-Reiseführer New York ist ehrlich, praktisch, witzig geschrieben und liefert inspirierende Eindrücke und Erfahrungen.

Was wäre eine Party ohne leckeres Essen? Süße und herzhaft Snacks, italienisch angehauchtes Fingerfood, beliebte Klassiker, aber auch ausgefallene Speisen für den Buffettisch dürfen natürlich nicht fehlen – und das geht auch vegan! Egal ob Geburtstagsfeier oder Gartenfest – dieses Buch bietet über 70 abwechslungsreiche Rezepte für jeden Anlass, mit denen du Familie und Freunde begeistern wirst. Die kreativen Rezeptideen zeigen deinen Gästen, wie vielfältig und lecker die vegane Küche ist, und machen jede Party zum kulinarischen Event. Mehr Informationen finden Sie unter: vegetarisch-und-vegan.de

VEGAN ZU ESSEN, also ganz ohne tierische Produkte, ist ein junges Phänomen. Gibt es traditionelle Pflanzenrezepte, die wirklich schmecken? Diese Frage hat sich Katharina Seiser, Autorin beliebter und bewährter Kochbücher, gestellt. Die Antwort ist ein wahrer veganer Schatz, hier erstmals in einem Kochbuch vereint: 70 geschmackvolle und immer schon rein pflanzliche Rezepte aus über 20 Ländern. Erfrischender libanesischer Brotsalat, türkisches Lauch-Karotten-Gemüse, scharf-saure indische Tomatensuppe, knuspriger vietnamesischer Zitronengras-Tofu, italienischer Traubenkuchen, thailändischer Klebreis mit Mango und viele andere immer schon vegane Köstlichkeiten sind so beschrieben, dass sie sicher gelingen. Und das Beste daran: Seiser verwendet nur natürliche Lebensmittel, keine Ersatzprodukte oder Imitate. In 11 Geschmacks-Porträts verrät die Kulinarik-Expertin auch, wie der Geschmack ins Essen kommt - von sauer, duftig und knusprig über scharf bis umami (herzhaft-intensiv): So wird dieses einzigartige Buch ebenso informativ wie genussvoll.

Vegan Tapas 150 Quick and Delicious Snacks and Bites for Sharing Mtc Books

La Veganista ist zurück: Nicole Justs vegane Küche von supergesund bis herzhaft deftig.

The Rough Guide to Norway is the definitive guide to Scandinavia's most inspiring country. You'll find insider tips on where the locals spend their time, as well as advice on how to make your money go further. This 6th edition features all-new colour photography on every region, as well as extended sections on Svalbard and Spitsbergen, winter and summer adventure activities and Norwegian flora and fauna. The chapter on Oslo now makes it easier than ever to visit this buzzing, style-conscious capital set on the doorstep of stunning alpine landscapes. You'll also find plenty of advice on visits to Viking settlements, great art and historical museums, and the Arctic wilderness, as well as expanded information on exploring the country via the Hurtigruten Coastal Steamer. At every step, The Rough Guide to Norway steers you to the best hotels, cafés, restaurants and shops across every price range, giving you clear, balanced reviews and honest, first-hand opinions from authors who know their herring from their lutefisk. Originally published in print in 2012. Make the most of your time with The Rough Guide to Norway. Now available in ePub format.

Vegetarisch kochen muss nicht kompliziert sein! Anna Jones, der Shootingstar der vegetarischen Küche, stellt 150 schnelle Rezepte vor, die im Handumdrehen zubereitet sind und einfach köstlich schmecken. Ihre raffinierten Gerichte für jeden Tag sind in nur 15, 20, 30 oder 40 Minuten auf dem Tisch. Dazu gibt es jede Menge schnelle Frühstücksideen, Desserts und Rezepte für die Vorratsküche. Unkomplizierte Zubereitung, unglaublicher Geschmack – so kocht man heute!

[Copyright: fb218984d7ceb9837e7fa8e112c4a39f](https://www.facebook.com/fb218984d7ceb9837e7fa8e112c4a39f)