

## Vollwertige Delikatessen

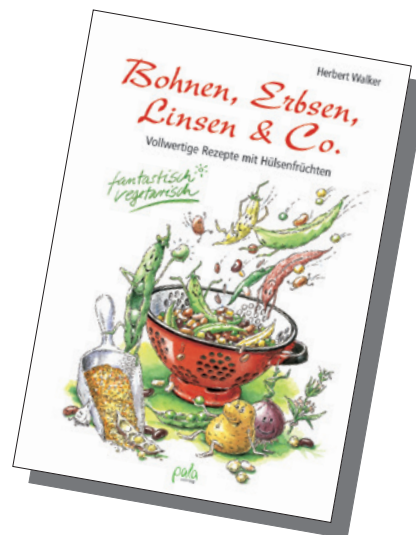
Hülsenfrüchte sind die heimlichen Stars der vegetarischen Küche. Ihren Geschmack und ihr hochwertiges pflanzliches Eiweiß schätzt man überall auf der Welt. In seinem Buch »*Bohnen, Erbsen, Linsen & Co.*« widmet sich der Vollwertprofi Herbert Walker ganz diesem vielfältigen Potential.

Das im pala-verlag erschienene Buch präsentiert 90 Rezepte für Salate, Suppen und Eintöpfe, Aufstriche und Beilagen, Hauptspeisen und Süßes. Die Rezepte enthalten kein oder nur wenig tierisches Eiweiß und eignen sich deshalb auch für die tierisch-eiweißfreie Ernährung. Damit beim Kochen ganz sicher nichts schief geht, helfen eine Warenkunde mit Grundrezepten und viele Praxis-Tipps.

Herbert Walker bringt Ideen mit getrockneten Bohnen, Erbsen, Linsen und Kichererbsen, frischen Hülsenfrüchten und Tofu auf den Tisch. Seine Auswahl bekannter und außergewöhnlicher Gerichte macht neugierig und zeigt Hülsenfrüchte von ihrer besten Seite.

(942 Zeichen)

Herbert Walker:  
**Bohnen, Erbsen, Linsen & Co.**  
Vollwertige Rezepte mit Hülsenfrüchten  
pala-verlag, Darmstadt,  
160 Seiten, Hardcover  
14,00 €  
ISBN: 978-3-89566-215-7



**Gerne können Sie von uns die Coverabbildung und den Presstext in Dateiform erhalten.**

Bitte senden Sie dazu eine E-Mail an: info@pala-verlag.de

Bitte schicken Sie Ihren Beleg an: pala-verlag, Presseabteilung, Postfach 11 11 22, 64226 Darmstadt