

La dolce vita vegana

Zu einem kulinarischen Spaziergang in den sonnigen Süden lädt Heike Kügler-Anger mit ihrem im pala-verlag erschienenen Buch »Cucina vegana« ein. Sie zeigt, dass es in der italienischen Landhausküche von Antipasti bis Dolci eine Vielzahl veganer Köstlichkeiten zu entdecken gibt. Gekocht wird dabei sojafrei mit rein pflanzliche Zutaten, also ohne Eier, Milch und Käse, aber mit viel Leidenschaft und Liebe zu einem guten Essen. 110 authentische Rezepte aus allen Regionen Italiens werden vorgestellt: von leichten Salaten und kleinen Häppchen über cremige Gemüsesuppen, deftige Eintöpfe, knusprige Focaccie, Pizzataschen und Pasta mit aromatischer Pestofüllung oder Tomaten-Grappa-Sauce bis zu Schokoladeneis und Espresso-Mandel-Kuchen. Wer gerne italienisch schlemmt und unkomplizierte Rezepte schätzt, wird begeistert sein.

Praktische Zubereitungstipps sorgen dafür, dass Pizza- und Nudelteige, selbst gemachte Gnocchi und Risotti garantiert gelingen. Eine Warenkunde hilft bei der Auswahl der besten Zutaten für die mediterrane Pflanzenküche, damit das Kochen alla italiana auch hierzulande Spaß macht.

Ein Buch für Genießer, die vegan leben, aus gesundheitlichen Gründen ohne tierisches Eiweiß und Sojaprodukte kochen oder einfach neue mediterrane Gerichte probieren möchten.

ausgezeichnet als »Kochbuch des Jahres 2010«
vom VEBU (Vegetarierbund Deutschland e.V.)

Heike Kügler-Anger
Cucina vegana
Vegan genießen auf italienische Art
pala-verlag, Darmstadt
200 Seiten, Hardcover
18,00 € , ISBN: 978-3-89566-247-8



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

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

Bitte schicken Sie Ihren Beleg an:

pala-verlag, Presseabteilung, Postfach 11 11 22, 64226 Darmstadt