

Stromberg

Iss einfach gut

Das Prinzip Nahrungskette - einfach und pragmatisch erklärt vom Koch der Deutschen Fußballnationalmannschaft. Mit Stimmen von Jogi Löw, Hansi Flick, Oliver Bierhoff und vielen Nationalspielern

Der amtierende Koch der Fußball-Nationalmannschaft lässt sich in die Töpfe gucken. Nachhaltige Küche für jeden! Ein sehr persönliches Ernährungskonzept. Sternekoch Holger Stromberg lüftet die Geheimnisse einer abwechslungsreichen und ausgewogenen Ernährung. Er zeigt dabei ist dieses Buch unterhaltsam wie ein Roman und manchmal spannend wie ein Krimi. Seite für Seite ein Genuss. einfache Kochkunst, Und er lässt nichts aus: vom Einkaufen bis zum Einmachen, vom Einlegen bis zur Ernährungskunde. Denn Stromberg überzeugt in der Praxis ebenso wie in der Theorie. So liefert er neben umfassendem Fachwissen viele praktische Ernährungstipps. Und nicht zuletzt Rezepte, die jeder Leser gern und supereinfach nachkochen kann. Kurzum: ein Buch, das den Küchenalltag bereichert und immer wieder gern zur Hand genommen wird. Aber auch ein Buch über Esskultur, Geschmacksbildung und Nachhaltigkeit. Ein Buch, das auf keinem Küchentisch fehlen sollte. - Basisrezepte mit wenig Zutaten. - Mit Saisonkalender. - Dieser Koch kann wirklich schreiben: Sternekoch Holger Stromberg über die 'Aaas' und 'Ooos' der guten Küche! - Lecker, lecker, lecker: Rezepte, mit denen jeder sofort loskochen kann. - Mehr wissen – noch besser einkaufen: Warenkunde und praktische Einkaufshilfen. - Einfach einkaufen: regional und saisonal.



14,99 €

14,01 € (zzgl. MwSt.)

Lieferfrist: bis zu 10 Tage

Artikelnummer: 9783942772280

Medium: Buch

ISBN: 978-3-942772-28-0

Verlag: Systemed

Erscheinungstermin: 15.04.2013

Sprache(n): Deutsch

Auflage: 1. Auflage 2013

Produktform: Gebunden

Gewicht: 610 g

Seiten: 200

Format (B x H): 175 x 240 mm

