



Presse-Information

Just delicious!

Low Carb at its best



Sarah Schocke
Gemüse nudeln
60 Seiten | Format 18 × 21 cm
€ [D] 9,99 | € [A] 10,30
ISBN 978-3-89883-707-1
Erscheinungstermin: 03. August 2017

Das neue Must-have aller Köche, die Spaghetti lieben, aber sich ein bisschen schlanker kochen wollen: der Spiralschneider. Zucchini nudeln als Low-Carb-Variante kennt inzwischen jeder, aber vor dem gesunden Trend ist fast nichts mehr sicher, was Saison hat und zu hübschen bunten Bändern spiralisiert werden kann: Paprikanudeln mit scharfer mexikanischer Sauce, Möhrenspirellis mit Feta oder überbackene Pastinaken-Spaghetti aus dem Ofen. Ob der Spiralizer auch bei Salaten, Suppen und Süßspeisen den Dreh raus hat? Verdreht sich von selbst! Viele schnelle und vegetarische Rezepte gibt es jetzt in diesem Kochbuch aus der „Just Delicious“-Reihe.

Mit den Gemüsespiralen kann gesunde Alltagsküche überraschend neu und kreativ sein!