



## **My new roots: Saisonale vegetarische Gerichte für ein besseres Lebensgefühl (deutsche Ausgabe)**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically



## **Downloaden und kostenlos lesen My new roots: Saisonale vegetarische Gerichte für ein besseres Lebensgefühl (deutsche Ausgabe) Sarah Britton**

---

256 Seiten

### **Kurzbeschreibung**

Eine halbe Million Leser vom Veganer bis zum Paleo-Fan erwarten jeden Monat gespannt Sarah Brittons Rezepte in ihrem erfolgreichen Blog MyNewRoots.org. Nun offenbart die Autorin in ihrem ersten Kochbuch 100 großartige, leicht nachzukochende, vegetarische Gerichte aus saisonalem Gemüse und Obst, die frei von raffiniertem Zucker und weißem Mehl oder anderen verarbeiteten Zutaten sind. Sarahs unwiderstehliche Vollwertgerichte sättigen Körper und Seele gleichermaßen, die Rezepte aus pflanzlichen Zutaten haben eine wohltuende und gesundheitsfördernde Wirkung ganz ohne Tricks und langweilige Diäten. So dämpft sie fein geschnittene Selleriewurzeln als Pasta für Butternusskürbis-Lasagne oder zaubert köstliche Calzone mit karamellisierten Zwiebeln, Oliven und Kohl. Ihr Ansatz ist nachhaltig und ganzheitlich; es geht darum, gesunde und vollwertige Bio-Zutaten für leicht nachzukochende Gerichte zu verwenden, die Dinge entspannt anzugehen und ganz bewusst zu kochen. Hier geht es nicht um Enthaltbarkeit oder bestimmte Label, Sarah Brittons Rezepte sollen dazu dienen, gesundes Essen zu genießen, das einem guttut. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Sarah Britton lebt in Kopenhagen und ist die gefeierte Ernährungsberaterin hinter dem populären ganzheitlichen Foodblog MyNewRoots.org. Sie schreibt für bekannte Magazine und leitet regelmäßig Workshops zum Thema Ernährung. Einige Michelin-gekrönte Köche haben sie schon zur Zusammenarbeit eingeladen. Darüber hinaus hat sie bereits für das NOMA in Kopenhagen gearbeitet und dort ein eigenes Menü kreiert.

Download and Read Online My new roots: Saisonale vegetarische Gerichte für ein besseres Lebensgefühl (deutsche Ausgabe) Sarah Britton #I2L06AOXRTM

Lesen Sie My new roots: Saisonale vegetarische Gerichte für ein besseres Lebensgefühl (deutsche Ausgabe) von Sarah Britton für online ebookMy new roots: Saisonale vegetarische Gerichte für ein besseres Lebensgefühl (deutsche Ausgabe) von Sarah Britton Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen My new roots: Saisonale vegetarische Gerichte für ein besseres Lebensgefühl (deutsche Ausgabe) von Sarah Britton Bücher online zu lesen. Online My new roots: Saisonale vegetarische Gerichte für ein besseres Lebensgefühl (deutsche Ausgabe) von Sarah Britton ebook PDF herunterladenMy new roots: Saisonale vegetarische Gerichte für ein besseres Lebensgefühl (deutsche Ausgabe) von Sarah Britton DocMy new roots: Saisonale vegetarische Gerichte für ein besseres Lebensgefühl (deutsche Ausgabe) von Sarah Britton MobipocketMy new roots: Saisonale vegetarische Gerichte für ein besseres Lebensgefühl (deutsche Ausgabe) von Sarah Britton EPub