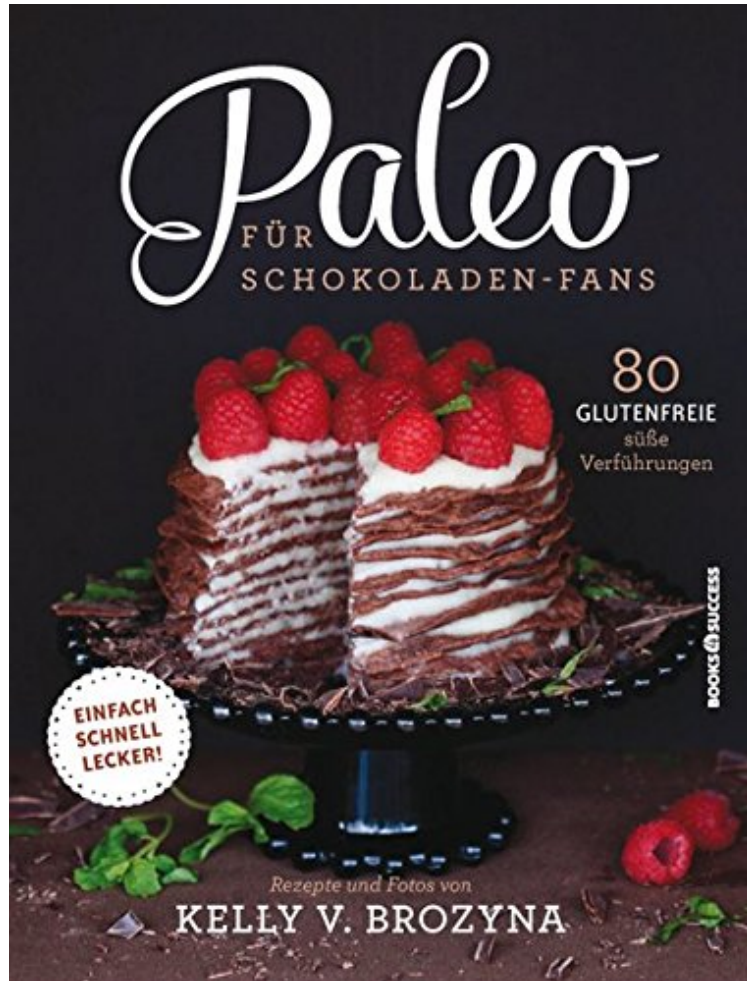


[Read free] Paleo für Schokoladen-Fans: 80 glutenfreie süße Versuchungen

Paleo für Schokoladen-Fans: 80 glutenfreie süße Versuchungen

Von Kelly V. Brozyna

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #197908 in BcherVerffentlicht am: 2014-08-27Erscheinungsdatum: 2014-08-27Abmessungen: 9.80 x .79b x 7.52l, Einband: Taschenbuch224 Seiten | File size: 20.Mb

Von Kelly V. Brozyna : Paleo für Schokoladen-Fans: 80 glutenfreie süße Versuchungen before purchasing it in order to gauge whether or not it would be worth my time, and all praised Paleo für Schokoladen-Fans: 80 glutenfreie süße Versuchungen:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Tolle Rezepte, tolle Fotos einfach zum Reinbeien!Von NuminalaZu Beginn gibt es nur eine ganz kurze Einleitung zum Thema Paleo und dann geht es auch schon los mit den Zutaten, die für die Rezepte benötigt werden - so etwas wie Kokoszucker, flüssiges Vanille-Stevia und natürlich Kakao oder Schokolade - und das Ganze mit der Angabe wo und von welchem Hersteller man diese Sachen beziehen kann.ber verschiedene Techniken (z.B. das Schmelzen von Kokosl), die benötigte Kchenausstattung (vom Mixer bis zur Pralinenform) den Geschmackstest für gekaufte Schokolade, geht es dann zu Wissenswertem zum Thema Kakao - also der Anbau, die Herstellung von Schokolade bis zum fairen Handel.Nun kommen wir auf Seite 31 zum Rezeptteil und ich kann Euch nur zur Vorsicht raten. Man muss

wirklich aufpassen, dass man bis zum Ende dieses Teils auf Seite 221 nicht auf die Seiten sabbert. 80 glutenfreie se
Verfhrungen (laut Umschlag) und dementsprechend 80 beraus appetitanregende Fotos. *schluck*(Ich versuche es nun
ganz schnell hinter mich zu bringen.) 80 Rezepte zu folgenden Themen: Frhstck (z.B. Haselnuss-Pfannkuchen mit
Schokosirup oder Schokoladen-Zucchini-BrotKuchen und Torten (z.B. Macadamia-Brownies oder Lava-
Kchlein) Kekse und Kleingebck (z.B. Schoko-Heidelbeer-Feigen-Pltzchen) Puddings, Pies und Pasteten (z.B. Vanille-
Schoko-Brot pudding, "Erdnussbutter"-Ksekuchen oder Schokoladen-Trifle mit Erdbeeren) Eis (z.B. Salzkaramell-Eis
mit Schokostckchen oder cremiges Schokoladen-Parfait) Getrnke (z.B. Eiskaffee oder aztekische
Trinkschokolade) Kleine Kstlichkeiten (z.B. Schoko-Salzkaramell im Schinkenmantel oder Pistazien-Dattel
Pralinen) Leckere Hauptgerichte (z.B. Chili-Rindfleisch-Eintopf oder Gewrzrippchen mit Kakao) Fazit Wer also 'trotz'
Paleo nicht auf seine geliebte Schokolade verzichten mchte oder wer einfach mal Lust auf etwas schokoladiges hat oder
wer mal etwas anderes ausprobieren mchte, der ist bei diesem Buch bestens aufgehoben. Tolle Rezepte, tolle Fotos
einfach zum Reinbeißen! Viele Gre von der Numi0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Paleo - aber
her damit! Von Reckham Gut, meine erste Frage war: Was zum Teufel soll Paleo sein? Das Bild auf dem Einband war
ja schon sehr lecker und alleine deswegen musste es bei mir einziehen. Okay, also kurz mal Google gefragt und der
spuckte genau das aus, was mein Freund hren wollte: ohne Milch (und noch ohne viele weitere Sachen, aber wichtig
war das Wrtchen Laktose frei!). Mein Freund muss leider des ftern wegen einer kleinen Nascherei auf die Toilette
flitzen und das verdirbt doch einen echt den Spa. Am Ende stehe ich immer mit der Torte alleine da, weil er keine
"Lust" mehr auf die Toilette hat. Das tut ihm nicht gut und meinem Hftgold schon gar nicht! Aber ich backe und koch
doch so gerne mit Schokolade! Ein Dilemma, bis ich angefangen habe nach diesem Buch zu backen/kochen. Die
Sachen sehen nicht nur gut aus, sondern schmecken auch fabelhaft. Htte ich ehrlich gesagt nicht gedacht, da ja quasi
nichts mehr drin ist, was gut schmeckt :D Aber man lernt nie aus. Ich kann es euch nur ans Herz legen. 15 von 17
Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Paleo UND Schokolade besser geht fast nicht! Von Claudia Raab Ob
Baiser-Kuchen mit Schokostckchen oder die Riesenauswahl an verschiedenen Keksen: Kelly setzt in ihrem Buch fort,
was mir auch schon auf Facebook aufgefallen ist: Sie vereinbart die Prinzipien der Paleo-Ernhrung mit richtig
leckerem Essen. Der Kuchen brselt nicht und zerfllt nicht, die Gerichte schmecken nicht fad, die Rezepte sind einfach
nachzukochen. Der Aufwand besteht wie immer bei Paleo darin, sich einen Grundstock an Zutaten zu bersorgen. Das
ist fr den Neuling erst einmal ein wenig Arbeit, wer bereits im Thema drin ist, der hat Sachen wie Kokosmehl ohnehin
bereits im Schrank. Fazit: Leckere Speisen, gut beschriebene Rezepte, schne Bilder. Ein tolles Kochbuch!

Kurzbeschreibung 'Unsere Krper waren in der Steinzeit fertig entwickelt und sind fr die damalige Nahrung optimiert.
Alles, was seitdem dazugekommen ist, macht den Krper krank.' Vereinfacht ist dieser Satz das Credo der wachsenden
Gemeinde von Anhngern der Paleo-Ernhrung. Doch was nach Askese und Verzicht klingt, begeistert immer mehr
Menschen. Kein Wunder, denn offensichtlich bekommt die steinzeitliche Ernhrungsform dem menschlichen
Organismus ganz besonders gut. Und dank Eigenschaften wie 'glutenfrei' und 'lactosefrei' freuen sich auch Allergiker
ber unbeschwertem Genuss. In diesem Buch finden sich einfache, schnelle und leckere Paleo-Rezepte rund ums Thema
Schokolade. Ob Pudding, Brownies, Smoothies oder Spareribs im Schokomantel genieen Sie Ses mit gutem
Gewissen! ber den Autor und weitere Mitwirkende Kelly V. Brozyna entdeckte das Paleo-Prinzip fr sich, als ihre
Kinder unter Allergien litten. Sie begann, fr ihre Familie Paleo-Kost zu kochen mit wunderbaren Ergebnissen: Ihren
Kindern geht es heute gut. Seit 2008 lsst sie die Welt via Internet an ihrem Wissen teilhaben: Auf ihrem Blog
www.TheSpunkyCoconut.com gibt es Rezepte, Ernhrungstipps, Podcasts und Videos. Ihre Rezepte und Fotos wurden
bereits in der Huffington Post und dem Paleo Magazine vorgestellt.