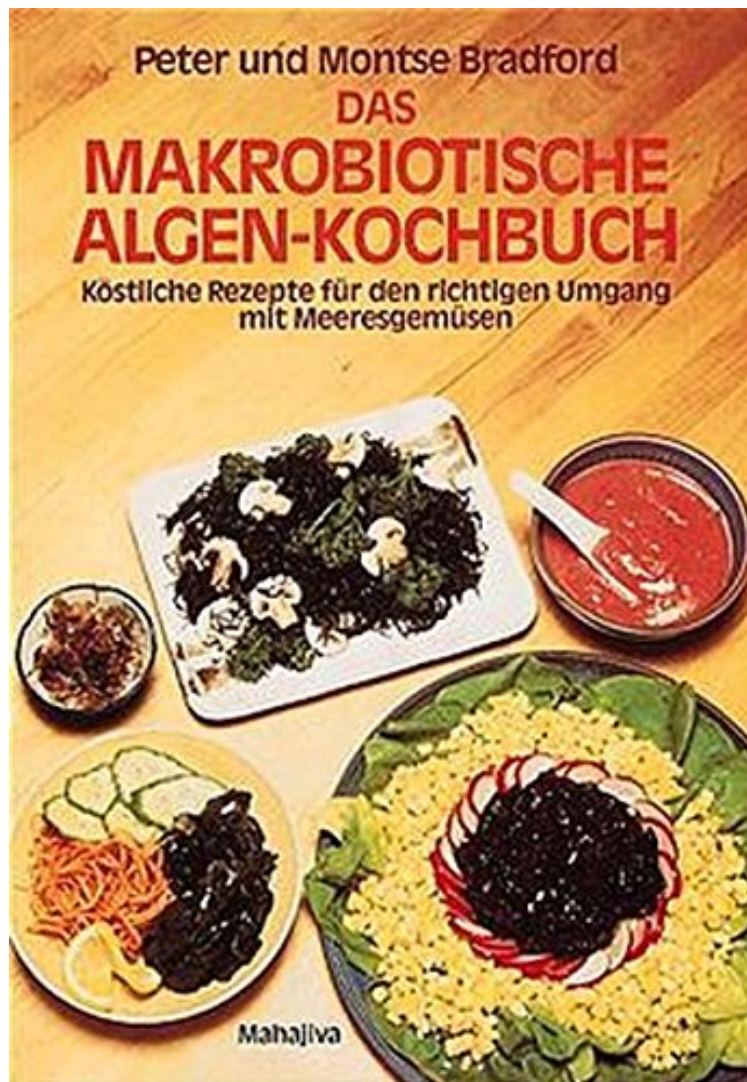


(Free read ebook) Das makrobiotische Algen-Kochbuch: Kostliche Rezepte für den richtigen Umgang mit Meeresgemüsen

## Das makrobiotische Algen-Kochbuch: Kostliche Rezepte für den richtigen Umgang mit Meeresgemüsen

Von Peter Bradford, Montse Bradford

\*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #763357 in BcherVerffentlicht am: 2001-02Abmessungen: 8.31 x .67b x 5.75l, Einband: Taschenbuch150 Seiten | File size: 24.Mb

Von Peter Bradford, Montse Bradford : Das makrobiotische Algen-Kochbuch: Kostliche Rezepte für den richtigen Umgang mit Meeresgemüsen before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Das makrobiotische Algen-Kochbuch: Kostliche Rezepte für den richtigen Umgang mit Meeresgemüsen:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen7 von 8 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Wo sind

die Fotos??? Von Zazooliquid Was das Thema Makrobiotik und deren Zubereitungsweise angeht so gestaltet sich der Buchmarkt immer noch sehr bescheiden, ja fast spartanisch. Gut ist daher die Idee, den bei dieser Ernährung so wichtigen Algen ein ganzes Buch zu widmen. Kapitelweise werden die einzelnen Sorten zuerst beschrieben um dann in einem reichhaltigen Rezeptteil genauer beleuchtet zu werden. Eigentlich bleiben so gesehen keine Wünsche offen. Was jedoch fehlt sind wieder einmal Fotos, welche besonders für einen Makrobiotik-Einsteiger von Nutzen wären um ein Gefühl zu bekommen, wie die einzelnen Gerichte überhaupt ausschauen. Schließlich bekommt man doch besonders durch solche ersten Einblicke überhaupt erst richtig Lust, etwas zu kochen. Gerade, weil die Makrobiotik eine sehr große Umstellung bedeutet wäre es von Vorteil hierdurch einen schnelleren und besseren Zugang zu erfahren. Dies erwarte ich nicht unbedingt von einem Buch über Makrobiotik allgemein, wohl aber von einem ausgewiesenen Kochbuch. Stattdessen müssen dem Leser Schwarzweitzzeichnungen genügen... 4 von 7 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Natürlicher Schutz gegen Radioaktivität Von Momapi Meeresalgen sollen gegen Radioaktivität vorbeugen. Diese Fähigkeit wird durch die richtige Auswahl/Kombination von Getreide, Gemüse und Hlsenfrüchten gemäß den makrobiotischen Prinzipien ausgesucht und zubereitet werden. Viele köstliche Gerichte werden vorgestellt, die auch Nicht-Vegetariern schmecken werden.

#### Produktbeschreibung TB

Kurzbeschreibung Diese Rezeptsammlung enthält zahlreiche schmackhafte Gerichte, die sorgfältig nach makrobiotischen Gesichtspunkten ganzheitlich abgestimmt sind - die Autoren legen hiermit die Essenz ihrer langjährigen Erfahrungen aus der makrobiotischen Lehrtätigkeit vor. \* Spätestens seit dem Reaktorunglück in Tschernobyl im April 1986 sind Meeresalgen auch bei uns als natürliche, gesunde, schmackhafte Nahrung in zunehmendem Maße beliebter geworden. Jedoch haben Meeresalgen radioaktiven Strahlen gegenüber nur dann ihre vorbeugende, heilende Wirkung auf die Gesundheit, wenn sie nach den makrobiotischen Prinzipien zusammen mit Getreide, Hlsenfrüchten und Gemüse zubereitet gegessen werden. \* \* \*. Hier liegt eine vorbildlich ausführliche und übersichtliche praktische Anleitung zur Verwendung von vorwiegend getrockneten Produkten aus Meeresalgen, wie sie jetzt auch bei uns von japanischen Firmen angeboten werden, vor. Die vorgestellten, vorwiegend einfachen und exakt beschriebenen Gerichte eignen sich nicht nur für Makrobiotiker, sondern können den Speisezettel von jedem Anhänger der vegetarischen oder Vollwertkost bereichern." (ekz-Informationsdienst ID9/88)