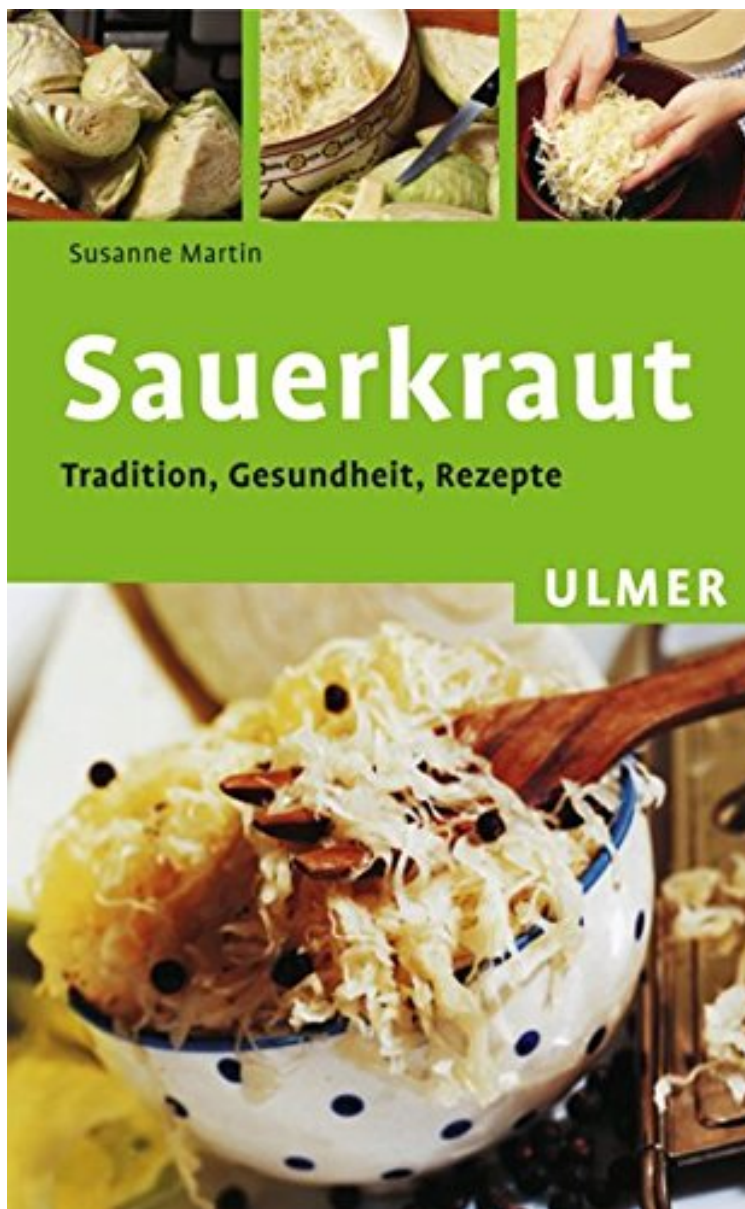


[PDF] Sauerkraut: Tradition, Gesundheit, Rezepte (Ulmer Taschenbcher)

## Sauerkraut: Tradition, Gesundheit, Rezepte (Ulmer Taschenbcher)

Von Susanne Martin

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



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrang: #283134 in BcherVerffentlicht am: 2004-09-13Einband:  
Taschenbuch125 Seiten | File size: 32.Mb

**Von Susanne Martin : Sauerkraut: Tradition, Gesundheit, Rezepte (Ulmer Taschenbcher)** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Sauerkraut: Tradition, Gesundheit, Rezepte (Ulmer Taschenbcher):

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen17 von 18 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. I love

it! -- nach diesem Buch noch viel mehr Von H. Doll Ich habe ja immer schon gerne Sauerkraut gegessen, aber jetzt, nachdem ich dieses Buch gelesen habe, würde ich es am liebsten jeden Tag auf dem Tisch haben. Jeden Tag anders zubereitet, versteht sich. Mit der Fülle der leckeren Rezepte ist das auch gar kein Problem. Hatte nie gedacht, dass das gute alte Sauerkraut so vielseitig ist. Als Suppe, in Salaten (vielfach mit Früchten), als Beilage in x Variationen, in Eintöpfen, als Snacks und, und, und... Im vorderen Teil des Buchs findet man zudem eine Warenkunde, die berausinteressant ist, wenn sie für meinen Geschmack auch nicht gar so populär hätte ausfallen brauchen. Der landwirtschaftliche Anbau, die verschiedenen Sorten sowie die wirtschaftliche Bedeutung von Kohl und die industrielle Herstellung von Sauerkraut ist wohl etwas speziell. Mehr "Nutzwert" hat für mich da schon die Anleitung, wie man Sauerkraut zu Hause selber herstellen kann, aber auch die (ausführliche) Info, wie berausgesund das leckere Kraut ist. Noch mehr Grund, den "Sauerkohl" möglichst oft auf den Tisch zu bringen. 2 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Klein, aber fein Von Schmid ein kleines Bchlein, aber alles notwendige ist drin! ob es um die Geschichte und Tradition geht, den Gesundheitswert, die Herstellungsverfahren ( industriell oder zum Privatgebrauch ), um Ideen zu Rezepten.... dieses Buch ist für jeden zu empfehlen, der Sauerkraut liebt und besonders für diejenigen, die es selber herstellen wollen. mir gefällt besonders gut, dass es auch Möglichkeiten zu rohem Sauerkraut gibt, mit großem gesundheitlichen Mehrwert. und die Rezepte beweisen, dass Sauerkraut zwar ein altes, billiges, traditionsreiches Gemüse ist, aber durchaus zeitgemäß zubereitet werden kann. tolle Ideen zu Salaten, Suppen und Aufläufen..! 31 von 34 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sauer macht gesund Von Ein Kunde Unter den Rezepten sind viele Salate, die vor allem in Kombination mit dem Obst ganz einzigartig gut schmecken. Darüber hinaus gibt es noch vieles Herzhaftes wie Sauerkrautauflauf oder -rosti. Besonders lecker wird es, wenn man im ersten Teil des Buches gelesen hat, wie gesund Sauerkraut eigentlich ist. Weikohl steht in der Anti-Krebs-Pyramide sogar an erster Stelle! Wer Lebensmittel gerne selbst produziert, findet hier außerdem die Anleitung dazu. Und dann gibt es noch Hintergrundinfos zur Botanik und dem traditionellen Filderkraut, das um Stuttgart angebaut wird. Ein sehr gehaltvolles " Bchlein.

Produktbeschreibung Erscheinungsjahr 2004 12 Seiten mit zahlreichen Farbabbildungen ( Größe 13,4 x 17,0 cm )  
Praktische Anleitung für natürliches Einmachen ohne Konservierungstoffe. Einlagerung im Steinzeug-Grütopf und  
Rezepte. Grütpfe in vielen Größen und Farben finden Sie in unserem Shop. Desweiteren auch dazugehörige Utensilien wie  
Krauthobel, Krautstampfer etc. besuchen Sie unseren Shop: [www.steinzeug-schmitt.de](http://www.steinzeug-schmitt.de) mit freundlicher Empfehlung  
Nik. Schmitt Sohn e.K. Steinzeugwaren Huberstraße 1 55595 Spabrücken Tel. 06706 1033 Mail: [info@steinzeug-schmitt.de](mailto:info@steinzeug-schmitt.de)

Kurzbeschreibung Sauerkraut liegt im Trend! Das traditionsreiche Gemüse ist gesund und lässt sich auf vielerlei Weise  
kostlich zubereiten. Schon vor Jahrhunderten begann man in Deutschland mit dem Anbau von Kohl. Dieser galt als  
"Arme-Leute-Essen", wurde aber auch geschätzt: zum Beispiel von den Seefahrern, die Sauerkraut mit auf ihre Reisen  
nahmen und so vor Skorbut bewahrt wurden. In diesem Buch erfahren Sie genau, was alles Gutes im Powerkraut  
steckt und auf welcher vielfältigen Weise es Ihrer Gesundheit nützt. Lesen Sie, wie es erfunden wurde und wie Sie es ganz  
einfach im eigenen Keller herstellen können. Zahlreiche Rezepte mit gesunden Salaten, raffinierten Snacks, deftigen  
Hauptgerichten und feinen Vorspeisen machen Lust aufs Ausprobieren! über den Autor und weitere Mitwirkende  
Dr. Susanne Martin ist Agrarwissenschaftlerin und leitet ein Planungsbüro, das Labor- und Technikplanungen im  
Universitätsbereich durchführt.