



## Gaisa, Ursula:

Vegetarische Schmankerl für 5 Jahreszeiten : raffinierte regionale und saisonale Rezepte / Ursula Gaisa. - 1. Auflage. - Regenstein : MZ Buchverlag, 2019. - 147 Seiten : überwiegend illustriert (farbig) ; 25 cm

ISBN 978-3-86646-341-7 Festeinband : 19,90

*Bayerisch-vegetarische Rezepte.*

Das Kochbuch vereint 50 Rezepte mit saisonalen Gemüsesorten, sortiert in Vor-, Haupt- und Nachspeisen sowie Kuchen: Rezepte, die leicht nachzumachen, aber trotzdem raffiniert sind. Eine Warenkunde zu Gewürzen, Kräutern, Pilzen und Pflanzenprodukten wie Hafer-Cuisine oder Räuchertofu, Interviews mit Gemüsehändlern und -produzenten aus der Region und ein Expertengespräch mit einem Schwammerlsammler vervollständigen die bayerisch-vegetarische Rezeptsammlung. Gut für die Umwelt - und gesund noch dazu! Ein sehr schönes Kochbuch - optimal von der Größe und sehr übersichtlich, gegliedert in die fünf Jahreszeiten Frühling/Frühsummer/Sommer/Herbst und Winter. Sehr zu empfehlen.

*Claudia John*