



Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst

Martin Schaupp

 **Download**

 **Online Lesen**

Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst Martin Schaupp

 [Download Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und ...pdf](#)

 [Read Online Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- un ...pdf](#)

Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst

Martin Schaupp

Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst Martin Schaupp

Downloaden und kostenlos lesen Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst Martin Schaupp

600 Seiten

Kurzbeschreibung

Ein besonderes Rezeptbuch, das eine klaffende Lücke im Kochbuchangebot schließt, wurde mit Herz und Verstand in Zusammenarbeit mit vielen genussbegeisterten Menschen geschaffen.

Einfache, umweltfreundliche Küche für den Alltag und verführerische, tierfreundliche Rezepte für besondere Anlässe.

Nicht nur Veganer und Vegetarier können hieraus täglich schöpfen. Jeder der gerne kocht oder ausprobiert, darf sich hier umfangreich bedienen, um seinen Speiseplan abzurunden.

Martin Schaupp zeigt, mit viel Freude am Wissen teilen, auf über 600 Seiten, mit mehr als 480 Rezepten, Tipps, Tricks, Abläufen, Erklärungen, Vorstellungen, Lösungen und einiges mehr, die Vielfalt einer menschen-, umwelt- und tierfreundlichen Genussküche, die vor Lebensfreude sprüht.

Tägliches und unermüdeliches Ersinnen, Erproben, Austesten, Verbessern, Kosten, die Lust an echten Lebensmitteln und unzählige Erfahrungen mit anderen kochbegeisterten, lebensfrohen Menschen austauschen, führten nach über zehn Jahren zu diesem äußerst umfangreichen gebundenen Werk der liebevollen Küche.

Das Rezeptbuch ist gegliedert in die 12 Monate des Jahres. Zu jedem Monat beschreibt Martin Schaupp, anhand von saisonalen Rezepten, wie die Gaben der Natur einfach und zu ihrer richtigen Zeit, die Ernährung in seiner schmackhaftesten Form bereichern können.

Grundlegendes Kochhandwerk und fast schon aus unseren Küchen verdrängtes Wissen gepaart mit neuen Erkenntnissen, Spezialitäten, Handgriffe und Vorgänge werden in diesem lebensnahem Kochbuch ausführlich mit weit über 1500 Bildern und den dazugehörigen Beschreibungen erläutert.

Zu alledem ist auch noch Platz für eigene handschriftliche Rezepte, Anmerkungen, Ergänzungen und Notizen. Erst durch die eigenen niedergeschriebenen Gedanken und Erfahrungen wird ein Kochbuch wirklich zu einem persönlichen Küchenschatz, aus dem vielleicht noch nachfolgende Generationen gerne mit Genuss und Freude schöpfen.

Die Verlegerin Daniela Schaupp mit ihrem Schaupp Verlag achtete bei der Verwirklichung dieses wohl einzigartigen Werkes auf höchste Menschen-, Tier- und Umweltschutzstandards.

Es wurden Druckfarben auf Pflanzenölbasis für den Druck auf hochwertigem FSC-Papier verwendet.

Alle verwendeten Materialien wie Leime, Lacke, Buchbinderfaden usw. sind frei von tierischen Bestandteilen. Auf das Cellophanieren des Buches wurde verzichtet und der Umschlag mit Halbleinen aufgewertet. Für die Ausführung wurde eine äußerst nachhaltige und faire österreichische Druckerei beauftragt, wodurch zusätzlich die Transportwege gering gehalten werden konnten.

Beim Entwickeln der Rezepte, beim Vollenden des Buchsatzes und bei den Korrekturabzügen wurde ebenfalls besonders auf den sparsamen Einsatz von Energie und Rohstoffen geachtet.

Der elektrische Strom für die Haushaltsgeräte, für die Bürogeräte und allen sonstigen elektrischen Verbrauchern wurde und wird von Green Energy als Ökostrom bezogen.

Bei den Verpackungen für den Buchversand wird ebenfalls der bisher beschriebene Menschen-, Tier- und Umweltschutzgedanke konsequent weitergedacht und weitergeführt.

Über 70 Menschen aus der „Kochfachwelt“ und aus der „Kochlaienwelt“, darunter Kochkursleiterinnen, Heilpraktikerinnen, Kräuterpädagoginnen, Ärzte, Lehrer und viele andere lasen und testeten dieses Rezeptbuch ausgiebig. Sie unterstützten mit wertvollen Anregungen und Verbesserungsvorschlägen, welche diesem gebundenen Werk maßgeblich den „letzten Schliff“ gaben. Dabei wurde von den versiertesten „Kochkünstlern“ und den angesehenen „Kochprofis“ unter den Testern die Meinung laut, dass dieses Rezeptbuch in Kürze zu einem geschätzten Küchen-Standardwerk erhoben wird. Prolog. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten.

Warum schon wieder ein Kochbuch!?! Fragen Sie sich sicher an dieser Stelle.

Wir, das heißt unsere ganze Familie, schätzen besondere und einzigartige Genüsse, die man nicht einfach so in jedem Laden kaufen kann. Im Laufe der Jahre sammelten und entdecken wir sehr viele einzigartige Küchengenüsse. Wir eigneten uns Praktiken und Wissen über viele schon fast vergessene Lebensmittel und Rezepte an. Vor allem faszinierte uns, wie einfach und kostengünstig es ist, geschmackvolle Spezialitäten herzustellen, welche ihresgleichen nur in der eigenen Küche finden können. Dabei steht für uns immer die Natürlichkeit und die Wertigkeit im Vordergrund.

Ohne der Hilfe vieler Gleichgesinnter und ohne die Erfahrung aus längst vergangenen Tagen, von Menschen die es noch erlebt haben, dass es nötig war, Nahrungsmittel selbst herzustellen, wären wir niemals unseren Wunschgenüssen im Kontext mit einer liebevollen Kochkunst so nahe gekommen.

Lebensmittel, diesen Begriff kennt jedes Kind, doch die Wichtigkeit von Lebensmitteln haben die meisten Menschen in unserem Land schon längst vergessen. Nur noch wenige schätzen die Vielfalt, nur noch wenige können wirklich noch richtig schmecken, nur noch wenige wollen sich Gedanken über „ihre Lebensmittel“ machen. Diesem Trend der Einfältigkeit und des Vergessens um gute Rezepte sowie vollendeter Genüsse wollen wir mit unserem Buch entgegenwirken. Wir sind dabei nicht allein und darin steckt unsere Hoffnung, dass Lebensmittel wieder den Stellenwert bekommen, den sie haben sollten und

Lebensmittel wirklich wieder Mittel zum Leben werden dürfen.

Unser Rezeptbuch für Sie begann mit der Idee, ein Kräuterkochbuch zu schreiben. Schon bald bemerkten wir, dass dies nicht ausreichend sein würde. Also weiteten wir unseren Plan auf ein Rezeptbuch quer durch die gesunde, liebevolle Küchengenusslandschaft aus. Auch kleine alte Heilmittelchen aus vergangenen Tagen, Tipps rund um den Garten und den Haushalt, die uns als besonders bemerkenswert und mit der Küche vereinbar erschienen, packten wir mit hinein.

Über 10 Jahre brauchten wir, bis dieses gebundene Werk vollendet war und wir wissen ganz genau, dass es immer noch unvollkommen beziehungsweise unvollendet ist. Wir sind uns der Unvollständigkeit unseres Wissens bewusst und bitten Sie, Ihr Wissen und Ihre Anregungen mit uns zu teilen. Alle Rezepte in diesem Buch entstanden in unserer Küche beim Experimentieren mit Ideen, Zutaten, Vorstellungen und Mitschreiben von Zutatenlisten sowie Abläufen. Natürlich ist dabei nicht auszuschließen, dass wir durch Rezepte anderer Autoren beeinflusst wurden. In unseren Bücherregalen stehen sehr viele Kochbücher, doch abschreiben oder am Schreibtisch Rezepte zusammenfantasieren ist uns zuwider, daher können alle Rezepte in diesem Rezeptbuch wirklich auch in kleinen Küchen nachgekocht werden.

Die Fotos für dieses Rezeptbuch wurden von uns selbst gemacht und zusammengestellt mit unserem Alltagsgeschirr, in unseren täglichen Kochsituationen. Wir halten nichts davon, für geschönte Kochbuchfotos Lebensmittel zu vergeuden oder mit Bildern etwas vorzugaukeln. Es gibt schon zu viele tolle Kochbücher, in denen mit supergeschönten Bildern, bei denen fast ein jeder, der nicht gerade ein „Sternekoch“ ist, bei dem Versuch diese Rezepte ebenfalls so auf die Teller zu bekommen verzweifeln muss. Verstehen Sie uns bitte hier nicht falsch, diese Kochbücher haben sicher auch ihre Daseinsberechtigung wie Romane, Krimis und vieles andere auch. Sie vermitteln ein tolles Gefühl und erwecken die Lust, solche schön anzusehende Speiseteller nachzuahmen und helfen so mancher Eigenkreation auf die Sprünge. Schon oft haben wir versucht, wirklich sehr schön gestaltete Menüs genau nach solchen Anleitungen und Bebilderungen zuzubereiten. Oft waren wir erstaunt, wie solche Kreationen möglich sein können, bis wir

erfahren, dass es meist nur spezielle Tricks der extra engagierten „Foodfotografen“ sind, die alles so perfekt aussehen lassen. Wir haben für Sie und Ihre alltägliche Küche ein ganz anderes Kochbuch gestaltet, mit ehrlicher, aussagekräftiger sowie umfangreicher Bebilderung. Uns ist es ein bestehendes Anliegen, die Alltagstauglichkeit dieser erstrebenswerten Kochweise mit unseren alltäglichen Fotos zu belegen. Die Rezepte sind nach den Monaten sortiert, in denen in der Natur die dafür meist benötigten Zutaten zu finden sind, frisch auf Märkten oder in Geschäften zu kaufen sind.

In die Wintermonate packten wir saisonunabhängige Rezepte und Tipps. Im ganzen Rezeptbuch haben wir für Sie Möglichkeiten für eigene Notizen geschaffen. Erst mit ihren eigenen Rezeptvarianten und Anmerkungen

steigern Sie den Wert dieses geschriebenen Werkes enorm, Ihre Notizen machen aus diesem Buch ein lebendiges Kompendium Ihrer Küche. Sicher wird es dadurch ein echter Küchenschatz den auch noch Ihre Kinder oder Kindeskinde in die Hand nehmen werden und daraus schöpfen können. Welches Kochbuch sonst, wenn nicht Ihr persönliches, mit Ihren individuellen Notizen versehene, kann geschmackliche Erinnerungen in die gesunde, genussvolle Zukunft Ihrer Familie tragen und welches Kochbuch wäre als Basis dafür noch geeigneter als ein Rezeptbuch, das gesunde, nachhaltige und schmackhafte Zubereitungen von Lebensmitteln beschreibt?

Download and Read Online Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst Martin Schaupp #ZQ9GXD6RNJT

Lesen Sie Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst von Martin Schaupp für online ebook
Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst von Martin Schaupp 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
Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst von Martin Schaupp Bücher online zu lesen.
Online Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst von Martin Schaupp ebook PDF herunterladen
Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst von Martin Schaupp Doc
Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst von Martin Schaupp Mobipocket
Rezeptbuch: Grundlagen für die menschen-, umwelt- und tierfreundliche Kochkunst von Martin Schaupp EPub