

Herzensküche

Kochen mit Herz und Hand

Aus den leichten, pflanzenbasierten Rezepten, die in der Herzschküche München entwickelt, gekocht und verkostet wurden, ist ein kleines Kochbuch mit 4x6 Rezepten entstanden. Basisrezepte wie selbst gemachter, fettarmer Frischkäse oder der beliebte Frühstücksporrridge sind hier zu finden, Rezepte für Brotaufstriche, schnelle Salate und leckere Fischgerichte. Ein Kapitel widmet sich süßen Speisen, wie Bratäpfel mit Olivenöl oder Shortbread.

Das Buch, mit Tuschzeichnungen illustriert und sorgfältig von Hand gebunden, ist nicht nur Inspiration sondern auch Augenschmauß für eine herzgesunde Alltagsküche.



Das Buch ist für EUR 24 plus EUR 2,50 für Verpackung und Porto bei info@herzschule-muenchen.de zu beziehen.