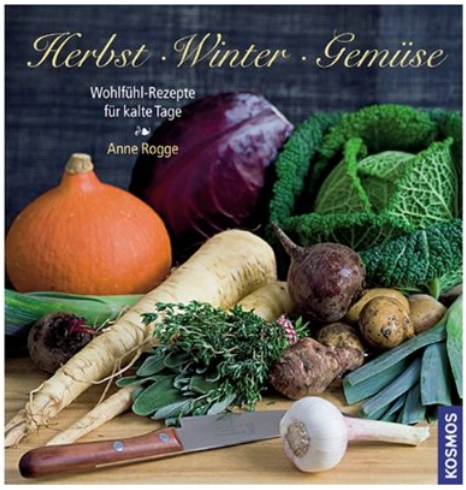
"Herbst-Winter-Gemüse"

Wohlfühl-Rezepte für kalte Tage

Anne Rogge

"Ob Kohl oder Kürbisse, Rüben oder Kartoffeln – unsere heimischen Wintergemüse haben den ganzen Sommer lang Sonne getankt. Nun stecken sie voll gesunder Inhaltsstoffe und bestem Geschmack."



Saison für Kürbis und Kohl

Ein Plädoyer für heimische Gemüse, deren Saison gerade begonnen hat: Rote Bete, Kürbis und Kartoffeln, die Rübe, Topinambur und Pastinake, wieder entdeckte Traditionsgemüse, die schon unsere Großmütter zubereitet haben, Kohl natürlich und Wintersalate – das sind die bodenständigen Zutaten in diesem Kochbuch.

Unterschätzte Geschmackserlebnisse

Topinambur, die "sättigende Sonnenblume", gibt es längst wieder auf unseren Wochenmärkten, Rüben sind "verkannte Geschmackswunder", die Kartoffel ist nicht nur als Beilage ein Power-Paket und Kohl wird meistens unterschätzt. Woher kommen diese Gemüse, wer brachte sie nach Europa, welche Inhaltsstoffe stecken in den roten und braunen Knollen, Wurzeln und in kräftig grünen Kohlköpfen?

Wohlfühl-Rezepte

Anne Rogge widmet jedem Gemüse eine ausführliche Erklärung, ehe sie es in Rote-Bete-Schnitzel mit Walnusskruste, Kürbisnocken mit Postelein, Kartoffelsalat mit

Orangenvinaigrette oder Topinambur-Suppe mit Ziegenkäse verwandelt. Leckere Rezepte, übersichtlich gegliedert und schön illustriert, die ohne großen Aufwand nachzukochen sind und Lust machen auf Speisen, die ganz ohne Fleisch auskommen.
(Christiane Schwalbe)

Herbst-Winter-Gemüse - Wohlfühl-Rezepte für kalte Tage
von Anne Rogge, Verlag Franckh-Kosmos 2009, 122 Seiten, 16,95 Euro