Anja Stadelmann
Desserts roh & vegan

Extrait du livre

Desserts roh & vegan
de Anja Stadelmann
Éditeur : Hädecke Verlag

http://www.editions-narayana.fr/b17057

Sur notre librairie en ligne vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne
Tel. +33 9 7044 6488
Email info@editions-narayana.fr
http://www.editions-narayana.fr

Editions Narayana

Birnen mit Crumble und Vanillesauce

für 2 Portionen

2 Birnen, etwa 300 g

Crumble

50 g gemahlene Nüsse
2 EL Dattelpüree, Seite 14, oder Dicksaft
1 Msp Zimtpulver
1 Prise Salz

Vanillesauce

50 g Cashewnüsse, mindestens 30 Minuten im Wasser eingeweicht
¼ Vanilleschote
1 EL Dicksaft
Kurkumapulver, für die Farbe, nach Belieben

Die Zutaten für die Crumble verrühren.

Für die Vanillesauce Cashewnüsse, abgestreiftes Vanillemark, Dicksaft und wenig Kurkumapulver fein mixen.

Birnen vierteln und entkernen, in Schnitze oder in beliebige Stückchen schneiden.

Birnenscheiben anrichten, Vanillesauce darübergießen. Crumble dazubröseln.

Leseprobe von A. Stadelmann, „Desserts roh & vegan“
Herausgeber: Fona Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Leseprobe von A. Stadelmann, „Desserts roh & vegan“
Herausgeber: Fona Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Lemoncurd-Törtchen

für 3 Stück

1 Portion «Tortenboden», Seite 25

Lemoncurd

50 g Cashewnüsse

½ unbehandelte Zitrone, abgeriebene Schale und Saft

2 EL Kokosmus

1–2 EL Dicksaft

1 dl/100 ml Wasser

½ TL Kurkuma

Saisonbeeren, für die Garnitur

1 Tortenbodenmasse in drei Portionen teilen und in 3 mit Klarsichtfolie ausgekleidete Förmchen drücken.

2 Zutaten für die Lemoncurd pürieren und auf die Förmchen verteilen. Eventuell 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.

3 Törtchen vor dem Servieren mit Beeren garnieren.

Leseprobe von A. Stadelmann, „Desserts roh & vegan“
Herausgeber: Fona Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Leseprobe von A. Stadelmann, „Desserts roh & vegan“
Herausgeber: Fona Verlag
Leseprobe erstellt vom Narayana Verlag, 79400 Kandern,
Tel: 0049 (0) 7626 974 970-0

Anja Stadelmann

Desserts roh & vegan

112 pages, relié
publication 2014

acheter maintenant

Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain
www.editions-narayana.fr