



## Vegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall

Jérôme Eckmeier, Daniela Lais



Download



Online Lesen

**Vegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall** Jérôme Eckmeier, Daniela Lais

Vegane Küche ist so verbreitet wie nie. Dennoch ist es für Veganer immer noch schwierig außer Haus zu essen. Die Erfolgsautoren Jérôme Eckmeier und Daniela Lais zeigen daher, wie leicht vegane Küche to go geht: schnell zubereitet, kalt und warm ein Genuss und immer einfach zu transportieren. Über 100 Rezepte zum Mitnehmen von kleinen Snacks wie Müsliriegeln oder Grünkohl-Chips über Suppen und Salaten wie italienischer Brotsalat bis zu köstlichen Sandwiches und Burgern. Nicht zu vergessen deftige Gerichte zum Sattwerden, wie Spargel-Quiche oder gefüllten Süßkartoffeln. Hier ist für jeden etwas dabei! Auch dieser Titel wird wieder, wie Eckmeiers Vorgängertitel bereits, vom VEBU (Vegetarierbund Deutschlands) unterstützt.

Untertitel: Einfach, schnell, vegan - immer und überall

Illustrationen: ca. 160 Farbfotografien

Format: 24,6 x 18,9 cm

Produktform: Buch fester Einband (Hardcover)

Buchpreis: DE (19,95), AT (20,60)



[Download Vegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und ü...pdf](#)



[Read Online Vegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und...pdf](#)

# **Vegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall**

*Jérôme Eckmeier, Daniela Lais*

**Vegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall** Jérôme Eckmeier, Daniela Lais

Vegane Küche ist so verbreitet wie nie. Dennoch ist es für Veganer immer noch schwierig außer Haus zu essen. Die Erfolgsautoren Jérôme Eckmeier und Daniela Lais zeigen daher, wie leicht vegane Küche to go geht: schnell zubereitet, kalt und warm ein Genuss und immer einfach zu transportieren. Über 100 Rezepte zum Mitnehmen von kleinen Snacks wie Müsliriegeln oder Grünkohl-Chips über Suppen und Salaten wie italienischer Brotsalat bis zu köstlichen Sandwiches und Burgern. Nicht zu vergessen deftige Gerichte zum Sattwerden, wie Spargel-Quiche oder gefüllten Süßkartoffeln. Hier ist für jeden etwas dabei! Auch dieser Titel wird wieder, wie Eckmeiers Vorgängertitel bereits, vom VEBU (Vegetarierbund Deutschlands) unterstützt.

Untertitel: Einfach, schnell, vegan - immer und überall

Illustrationen: ca. 160 Farbfotografien

Format: 24,6 x 18,9 cm

Produktform: Buch fester Einband (Hardcover)

Buchpreis: DE (19,95), AT (20,60)

## **Downloaden und kostenlos lesen Vegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall Jérôme Eckmeier, Daniela Lais**

---

192 Seiten

### **Kurzbeschreibung**

Vegane Küche ist so verbreitet wie nie. Dennoch ist es für Veganer immer noch schwierig außer Haus zu essen. Die Erfolgsautoren Jérôme Eckmeier und Daniela Lais zeigen daher, wie leicht vegane Küche to go geht: schnell zubereitet, kalt und warm ein Genuss und immer einfach zu transportieren. Über 100 Rezepte zum Mitnehmen von kleinen Snacks wie Müsliriegeln oder Grünkohl-Chips über Suppen und Salaten wie italienischer Brotsalat bis zu köstlichen Sandwiches und Burgern. Nicht zu vergessen deftige Gerichte zum Sattwerden, wie Spargel-Quiche oder gefüllten Süßkartoffeln. Hier ist für jeden etwas dabei! Auch dieser Titel wird wieder, wie Eckmeiers Vorgängertitel bereits, vom VEBU (Vegetarierbund Deutschlands) unterstützt.

Download and Read Online Vegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall Jérôme Eckmeier, Daniela Lais #645FS1LJH3R

Lesen Sie Vegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall von Jérôme Eckmeier, Daniela  
Lais für online ebookVegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall von Jérôme Eckmeier,  
Daniela Lais Kostenlose PDF download, 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 Vegane  
Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall von Jérôme Eckmeier, Daniela Lais Bücher online zu  
lesen.Online Vegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall von Jérôme Eckmeier, Daniela  
Lais ebook PDF herunterladenVegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall von Jérôme  
Eckmeier, Daniela Lais DocVegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall von Jérôme  
Eckmeier, Daniela Lais MobipocketVegane Lunchbox: Einfach, schnell, vegan - immer und überall von  
Jérôme Eckmeier, Daniela Lais EPub