

Lena Suhr

Mix it! 120 vegane Rezepte aus dem Mixer

Leseprobe

[Mix it! 120 vegane Rezepte aus dem Mixer](#)

von [Lena Suhr](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.unimedica.de/b20126>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung, vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseprobe ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@unimedica.de

<http://www.unimedica.de>





- 6 **Liebe Leserin, lieber Leser**
- 9 **Der Mixer in der Küche**
- 10 **Die Basics: Geräte und Zutaten**
- 21 **Rezepte – blitzschnell gemixt**
- 22 **Smoothies, Säfte & Shots**
- 38 **Milchalternativen & Getränke**
- 54 **Aufstriche & Pestos**
- 67 **Suppen**
- 82 **Salate & Dressings**
- 94 **Süßes**
- 110 **Dies & Das**
- 124 **Rezeptregister**



Lena Suhr

[Mix it! 120 vegane Rezepte aus dem Mixer](#)

128 Seiten, kart.
erschienen 2015



bestellen

Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung
www.unimedica.de