



Leseprobe

Susann Hartung
**Das Spätzle-Shaker-
Kochbuch**

Bestellen Sie mit einem Klick für 11,00 €



Seiten: 96

Erscheinungstermin: 23. Juli 2012

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Geniale Idee

Der Spätzle-Shaker ist ideal für ein schnelles Essen während einer kurzen Mittagspause bei der Arbeit. Oder für den Einsatz in einer Studentenbude bzw. auf einem Campingplatz, wenn man wenig Platz hat. Gesundes, leckeres Essen schnell zubereitet: Was will man mehr?

Die Rezepte für dieses Buch sind für 2 Personen berechnet. Sie können aber ohne Weiteres einfach verdoppelt werden, wenn 4 Personen davon satt werden sollen.

Wer hätte das gedacht: Wenn es heute in der Küche schnell gehen muss, dann gibt es frische, selbst gemachte Spätzle! Das war vor Jahren noch undenkbar. Möglich gemacht hat es eine Erfindung aus Tübingen, die als »Spätzle-Shaker« erst ein großes Staunen, dann begeisterte Anwendung ausgelöst hat. Der neue Küchenhelfer revolutionierte die häusliche Spätzle-Herstellung, indem er sie fundamental vereinfachte. Ein Thema, das nicht nur den pragmatischen Schwaben am Herzen liegt. Doch für die flotte Zubereitungsart mussten neue Rezepte geschaffen werden. Und das konnten in unserer weltweit agierenden und vernetzten Gesellschaft von heute nur internationale Gerichte der schnellen Sorte sein. Ohne falschen Respekt haben wir deshalb die bisher traditionell verankerte schwäbische Küche – und in ihrem Kernpunkt die Spätzlenudel – im Turboverfahren auf eine kulinarische Weltreise geschickt und Rezepte rund um den Erdball von Griechenland bis Thailand dazu eronnen. Herausgekommen ist eine zeitgemäße entschleunigte Fast-Food-Küche. Entschleunigt deshalb, weil nur frische Zutaten zum Einsatz kommen, und Fast Food, weil es wirklich sehr schnell geht.

Die Schwabennudel

Der Ruf der Schwabennudel als hochwertiges Grundnahrungsmittel in der täglichen Ernährung ist von jeher unbestritten. Sie wirkt sättigend, ist fettarm, besitzt durch das Frische hochwertiges Protein und erhält ihre Mineralstoffe, Vitamine, Fettsäuren und Enzyme auch durch die unterschiedlichen Mehlsorten, aus denen sie zubereitet wird.

