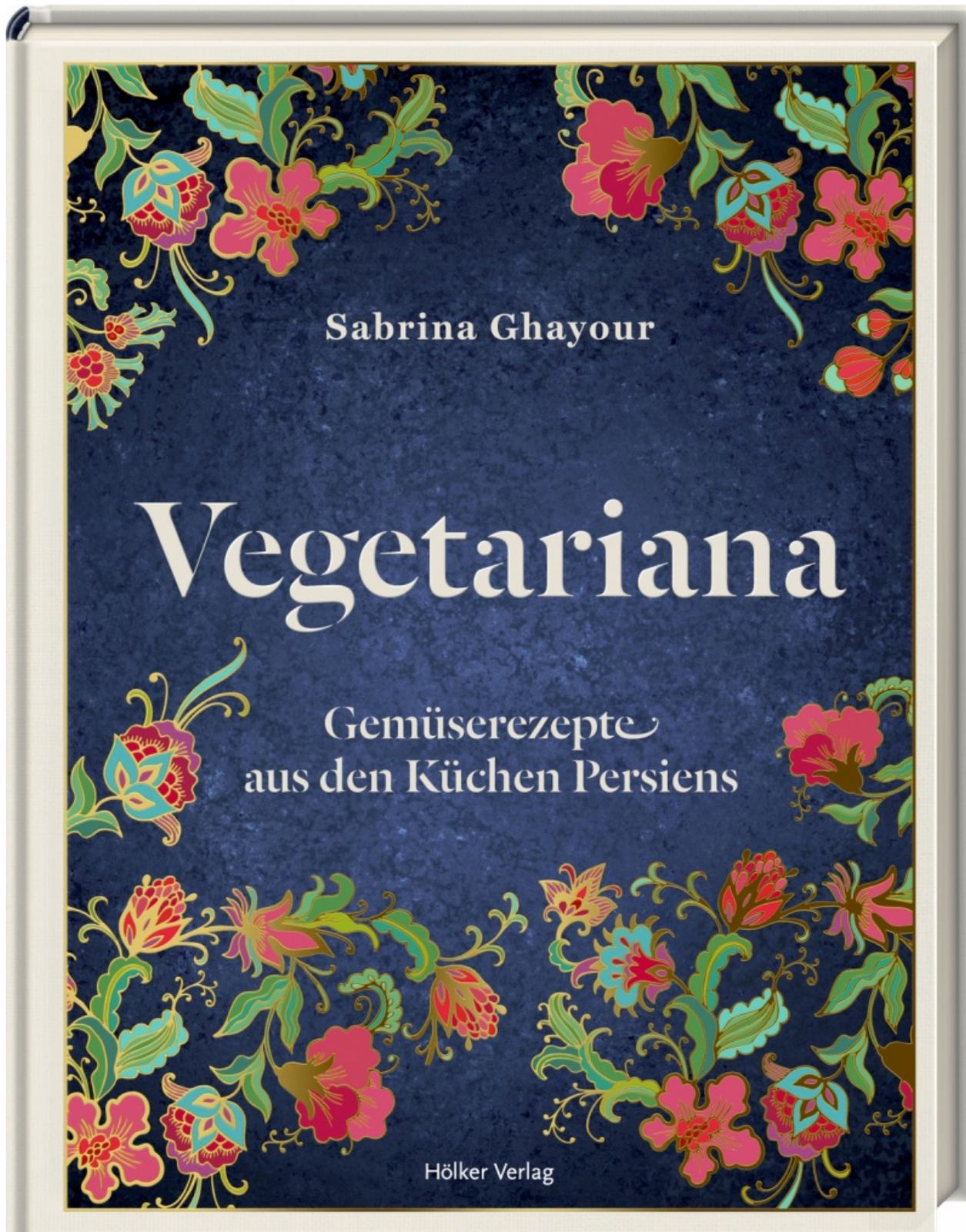


**Buchrezension: „Vegetariana.
Gemüserezepte aus den Küchen
Persiens“ von Sabrina Ghayour**



Braucht die Welt noch mehr Kochbücher? Diese Frage stellte mir am Freitag ein Fotograf, bei dem ich Portraits von mir für mein aktuelles Buchprojekt machen ließ. Ich hatte ihm erzählt, wofür die Bilder seien und dass ich Kochbücher übersetze und auch sammle.

Meine Antwort? Natürlich! Die Welt kann nie genug schöne

Kochbücher haben!

Kochen und Essen ist für mich eine der schönsten Dinge überhaupt und dass Essen Menschen verbindet und glücklich macht, steht wohl außer Frage.

Und deshalb gibt es heute eine weitere Buchvorstellung: „Vegetariana. Gemüserezepte aus den Küchen Persiens“ von Sabrina Ghayour ist ein wunderschönes Buch, das man auf seine Weihnachtswunschliste setzen oder selbst verschenken kann.

Das über 200 Seiten starke, sehr farbenfrohe Buch macht schon beim ersten Durchblättern Appetit. Jedes Rezept ist bebildert und zwischen den Rezepten oder Kapiteln findet man immer wieder stimmungsvolle Foodfotos.

Gegliedert ist das Buch in 9 Kapitel, die die ganze köstliche Spannweite vegetarischer persischer Küche umfassen:



INHALT

EINLEITUNG	6
LEICHTE HAPPEN & VORSPEISEN	8
.....	
KÖSTLICHES AUS EIERN & MILCHPRODUKTEN	36
.....	
SUPPEN & EINTÖPFE	56
.....	
PIES, BROTE & PASTETEN	72
.....	
SALATE FÜR ALLE JAHRESZEITEN	88
.....	
HIMMLISCHE HAUPTMAHLZEITEN	118
.....	
GUTES AUS DER VORRATSKAMMER	140
.....	
BEILAGEN FÜR GENIESSER	160
.....	
SÜSSE VERSUCHUNGEN	196
.....	
REGISTER	230
DANKSAGUNG	238

Zu jedem Rezept schreibt die Autorin ein paar persönliche Worte – Erinnerungen, die sie mit dem Gericht verbindet, historische Details zum Gericht oder Zutaten, oder wie das Gericht entstanden ist.

Die Rezepte sind in klare Arbeitsschritte gegliedert und sehr

übersichtlich

gestaltet.



Kostprobe gefällig?

Unbedingt ausprobieren möchte ich „Grünkohl-Kuku mit Pinienkernen“ (eine Art Frittata), die „weltbesten Toasts“ mit Halloumi, Zwiebel, Tomate, Harrisa und Honig, „Roter und weißer Reissalat mit Butternusskürbis & Granatapfel“, „Pecorino-Wirsing-Reis mit Zitrone und schwarzem Pfeffer“ und den „Ras-el-hanout-Buttermilchkuchen mit Rosen-Glasur“.

Klingt vielseitig und sehr verführerisch, oder? Ich finde, dieses Buch bietet großartige, kreative vegetarische Gerichte, bei denen hoffentlich niemand Fleisch vermissen wird und an denen jeder Liebhaber vegetarischer Küche seine Freude haben



wird.

Ich freue mich schon auf viele aromatische Gaumenfreuden und hoffe, ihr habt jetzt Lust auf unkomplizierte und doch exotische Rezepte!

Habt eine genussvolle Woche!

Eure Judith

Sabrina Ghayour

Vegetariana. Gemüserezepte aus den Küchen Persiens

ISBN: 978-3-88117-215-8

Verlag: Hölker Verlag

Seiten: 240

Hardcover

28,00 €

** Beitrag enthält unbezahlte Werbung in Form einer

Produktennung/Buchvorstellung **

Das Foto des Buchcovers wurde mir freundlicherweise vom Verlag zur Verfügung gestellt