

PRESSEMITTEILUNG

16. August 2016

Moderne Landfrauen-Rezepte für die leichte Sommerküche Kochbuch bei der Verbraucherzentrale in Dülmen erhältlich

Appetit auf die heimische Küche und Produkte aus der Region? Vor allem im Sommer können jede Menge Obst und Gemüse frisch vom Feld oder aus dem Garten auf den Tisch kommen. Wie die bunte Vielfalt für Genuss sorgt und traditionelle regionale Gerichte auch ganz raffiniert daher kommen können, das zeigt der Ratgeber „Landfrauenküche – Die besten Rezepte für jede Jahreszeit“ der Verbraucherzentrale NRW.

Das Kochbuch liefert unzählige Ideen für guten Geschmack und Abwechslung auf dem Menüplan: Von kalter Gurkensuppe und Radieschensalat über Gemüsekekchen bis zu Wirsingsäckchen und Rinderfilet mit Pilzen – innovative Rezepte machen Lust aufs Probieren. Neben zahlreichen Zubereitungstipps für die Sommerküche finden Leser auch für die weiteren Jahreszeiten Ideen für die rundum gesunde Küche. Insgesamt vereint das Kochbuch über 100 Rezepte mit den Zutaten der Saison für Suppen, Salate, Snacks und Sattmacher. Mehr als 40 davon kommen ohne Fleisch aus. Tipps zu regionalem Einkauf sowie ein Saisonkalender für Obst und Gemüse komplettieren das Angebot.

Das Buch hat 176 Seiten und ist jetzt zum neuen Preis von nur 5,00 EUR in der Verbraucherzentrale in Dülmen erhältlich. Bestellungen sind auch unter www.verbraucherzentrale-ratgeber.de oder 0211 / 38 09-555 möglich. Die Versand und Portokosten betragen in diesem Fall 2,50 EUR.