



I MIND MY FOOD

LITERATURTIPPS

SPARGEL VON IRA KÖNIG

VON I MIND MY FOOD TEAM

Stangenweise Frühlingsglück

Achtung! Aufgepasst! Die Spargelsaison ist eingeläutet: Holen Sie die Töpfe aus dem Regal und schnappen Sie sich den Spargelschäler. Machen Sie sich bereit für die ersten zarten Stangen des Jahres. Der GU-Küchenratgeber Spargel liefert Ihnen die passenden Rezepte – als Veggie-Variante, mit Fleisch oder Fisch. Knackig-frisch und vollaromatisch landet der Spargel auf Ihrem Teller. Unsere Rezepte sind neu, kreativ, erstklassig und superleicht nachgekocht. Besonderes Highlight: Die extra-köstlichen Kombinationen aus klassisch deutschem Gemüse und italienischen oder asiatischen Zutaten. Wie wäre es zum Beispiel mit einer Spargel-Lachs-Pizza oder Spargel-Sommerrollen? Sie brauchen noch ein bisschen Nachhilfe in Sachen Einkauf, Lagerung und Vorbereitung? Kein Problem: Basic-Know-how für Spargelneulinge gibt es natürlich dazu.

Ira König ist Umwelt- und Gesundheitspädagogin und seit über 17 Jahren als Redakteurin, freie Food-Journalistin und Autorin in Sachen Kochen&Genießen tätig.

Kaufen könnt ihr dieses Werk z.B. [HIER](#)

DIE AUTORIN



I MIND MY FOOD TEAM

Das Redaktions-Team von I Mind My Food.

Movement 21 GmbH

Obersand 5
4311 Schwertberg
www.movement21.at
officemovement21.at
+43 664 423 1193

Copyright 2021: office@movement21.at

Webdesign & Programmierung: Junge Digitale, Linz