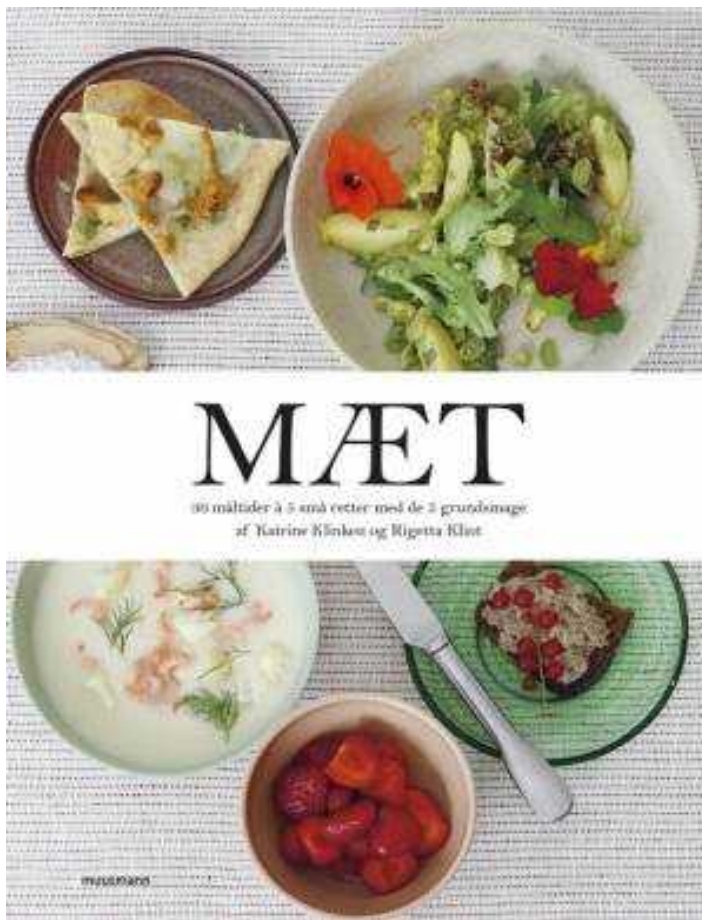


MÆT PDF

Katrine Klinken



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Katrine Klinken

ISBN-10: 9788793575318

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 4239 KB

BESKRIVELSE

Bogen MÆT giver inspiration til måltider med smag. Måltider, som mætter ikke bare maven, men også andre sanser. En del af magien ligger i tallet 5. Hvert måltid består nemlig af 5 små retter, der når rundt om de 5 grundsmage, som netop er så vigtige for, at et måltid gør mæt og tilfreds. Bogen guider gennem 36 måltider fordelt på årets 12 måneder til en praksis, hvor alle måltider har mindst 5 små retter, hvoraf den ene er suppe. Maden indeholder mange grøntsager, en hel del fisk og skaldyr og ikke ret meget kød. Fokus ligger på årstidens råvarer og på variation i måder at lave mad på, i konsistenser og farver, ligesom måltidet indeholder de 5 grundsmage: salt, surt, sødt, bittert og umami, som tilfredsstiller alle smagssanser. Der er i samme måltid altid benyttet både kogt, stegt og/eller rå tilberedning for at opnå en varieret spiseoplevelse. Kok og kokebogsforfatter Katrine Klinken og stylist og fotograf Rigetta Klint viser, hvordan man med relativt enkle midler kan lave et harmonisk, varieret og sundt hjemmelavet måltid af sæsonens råvarer, samt hvordan man kan forbedre måltidsoplevelsen ved at dække smukt op – både til hverdag og til fest. MÆT deler forfatterne passion for både mad, måltid, kvalitet og bæredygtighed. At spise bæredygtigt indebærer bl.a. at minimere madspild. Derfor er der stort set i hvert måltid en kold ret lavet af en rest fra dagen forinden. Maden i bogen er portionsanrettet, og servicen er valgt med samme omtanke som råvarer og tilberedning. Råvarerne kommer fra lokale avlere, og servicen ofte fra danske kunsthåndværkere. Alle retter serveres samtidig, og alle kan derfor sidde med ved bordet under hele måltidet. Her er ingen løftede pegefingre, og MÆT er ingen kur. MÆT er inspiration og en invitation til lege med. MÆT tilfredsstiller mange sanser og mætter derfor længe. Om forfatterne Katrine Klinken har i mere end 30 år arbejdet med madhåndværk og formidling af smag, kvalitet og råvarer. Har skrevet 28 madbøger og arbejder freelance som madskribent, underviser, foredragsholder m.m. www.klinken.dk Rigetta Klint har i mere end 30 år arbejdet med kunsthåndværk og design som sit udgangspunkt, tidligere som designer og nu de seneste 10 år som stylist, fotograf og skribent. Rigetta er en passioneret historiefortæller, og hendes stil er ro for øjet, hvad enten hun formidler mennesker, mad, mode eller interiør. www.SLOWFASHIONhouse.com

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

På SAXO.com har vi ufatteligt mange gode bøger at vælge imellem. Hos os kan du finde MÆT og en masse andre bøger til en god pris.

Oversættelse for 'mæt' i den gratis dansk-engelsk ordbog og mange andre engelske oversættelser.

Er du også allerede småsulten 30 min. efter frokost? Så læs med her, hvor vi giver dig 6 gode råd til at holde dig mæt.

[Læs mere ...](#)