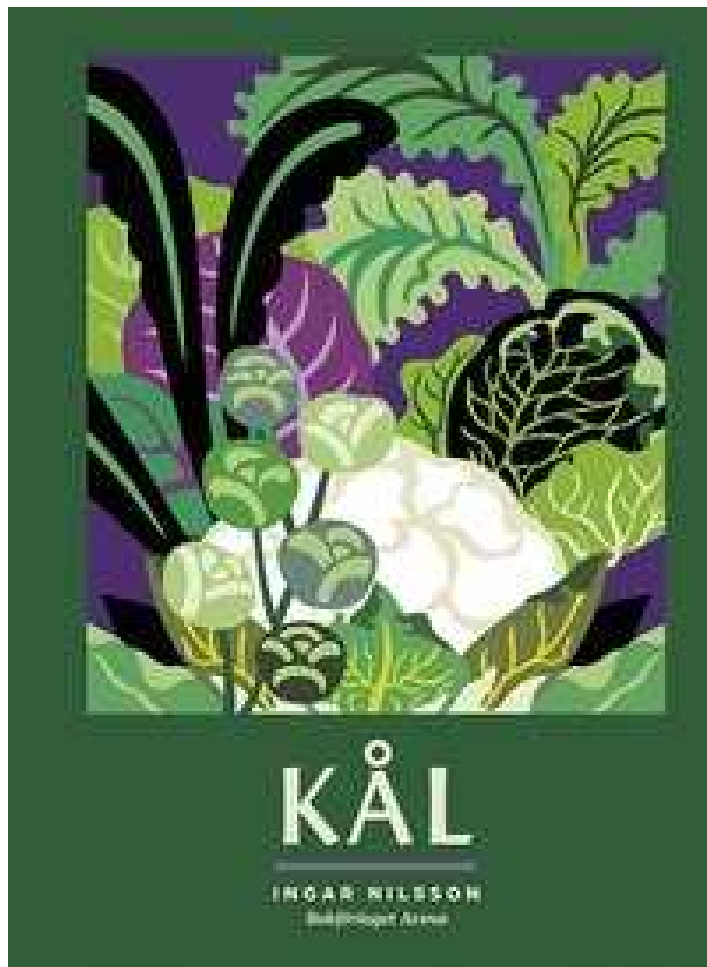


## Kål PDF E-BOK

**Ingar Nilsson**



Författare: Ingar Nilsson  
ISBN-10: 9789178434800  
Språk: Svenska  
Filstorlek: 2842 KB

## BESKRIVNING

Kålen upplever en renässans. Från att ha varit förpassad till pizzasallad och råkost har den blivit högsta mode bland både restaurangkockar och hemmamatlagare. Grönkålwokas och strimlas i sallader, bryssel kål friteras och steks och asiatiska sorter som kailaan och pak choi finns numera i grönsaksdisken. Kålen är ingen nymodighet. Den har följt människan i olika former och på olika ställen i världen sedan stenåldern. Kålen bildar ätliga rötter, blad, huvuden, stjälkar och blomknoppar, som hos broccolin och blomkålen. Den är hälsosam och full av vitaminer. Boken Kål berättar den fascinerande historien om kålen som växt och människoföda men också hur den odlas och inte minst tillagas. Receptdelen innehåller allt från hälsosamma smoothies till sallader och givetvis våra klassiska kåldolmar. "Det är en riktigt intressant och fin genomgång av kålens väg till våra matbord som ger ett sammanhang till de recept som sedan följer. Helt rätt i tiden!" BTJ "Kålen gör comeback!" Magasinet Skåne "Inspirerar till matlagning och historiekunskap om denna användbara grönsak." Eskilstuna Kuriren

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

### **Vitkål recept | ICA**

Kål är en fantastisk grönsak som finns i massa olika varianter. Och det bästa av allt är att det både är nyttigt och gott. De vanligaste sorterna är blomkål ...

### **Kål - rena rama supermaten | WW Sverige - viktvakarna.se**

Just nu får vi många frågor och önskemål om att ta bort snöhögar och ploga lekplatser, isbanor och liknande. Vi arbetar så snabbt vi kan för att få bort ...

### **Kål - recept - Mitt kök - mittkok.expressen.se**

Kål er sundt og kan tilberedes på mange måder. 18 lækre opskrifter med hvidkål, rødkål, grønkål m.fl! Find inspiration til lækre kålretter her!

***LÄS MER***