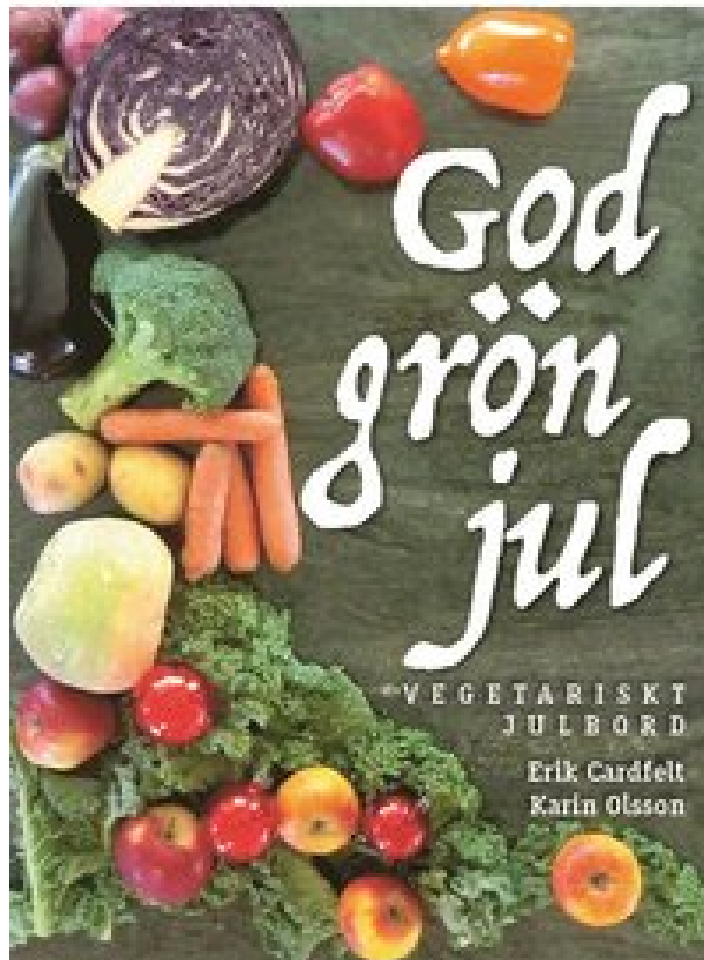


God gröön jul - vegetariskt julbord PDF

Agnes Hulthén, Erik Cardfelt, Karin Olsson



Det här är bara ett utdrag ur God gröön jul - vegetariskt julbord bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



DOWNLOAD PDF

Författare: Agnes Hulthén, Erik Cardfelt, Karin Olsson

ISBN-10: 9789163909139

Språk: Svenska

Filesize: 2519 KB

BESKRIVNING

Vegetarisk mat klarar sig utmärkt på egen hand. Den behöver inte härma och försöka bli ett nyttigt substitut till fisk- och köttätter. Många delikata rätter låter sig inte ens göras utanför det vegetariska köket. Men mat är inte bara något man stoppar i sig för att bli mätt eller ens äter bara för att det är gott. Ibland är det mer traditioner och umgänget som styr. Då passar det bra att göra svenska julbordsklassiker som gubbröra, Janssons frestelse och värmlandskorv på vårt vegetariska vis. Vi som gjort kokboken, Karin och Erik, är bara deltidsvegetarianer, vi äter sällan kött och fisk. Eftersom vi, till skillnad från riktiga vegetarianer, kan jämföra är våra recept till för både riktiga vegetarianer och för dem som bara vill dra ner på köttkonsumtionen. Varför äta en julkorv av kött när vår variant med cashewnötter är lika god? Och varför ha sill i sin Jansson när det som skapar rättens karaktär är de kryddor man gör ansjovis i? När Karin stod i vårt kök och experimenterade fram gubbröran var det sista hon sade innan det var klart att det ?det här blir nog jätteäckligt?. Sen provsmakade vi och fast vi stod upp höll vi på att ramla av stolarna. Det smakade gubbröra! Tänk, vi som älskar ansjovis tyckte lika mycket om vår veganska gubbröra som den vi brukar göra av köpefisk och kokta hackade ägg. Även den som inser att miljön inte klarar att det är kött i all mat kan laga klassisk julmat, som mormor lagade den. Man behöver inte avstå från smaken av sill, sylta skinka, korv, lax och köttkorv bara för att man är vegetarian.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Den gröna julen syftar alltså inte bara på avsaknaden av snö utan en välkommen uppdatering av det traditionella julbordet. Julbordet 2.0 med fräscha vegetariska ...

Julmat är väldigt traditionsbunden, därför har julen aldrig varit en stor mathögtid för en vegetarian som mig. Här kommer tips till ett vegetariskt julbord.

Här hittar du massor med goda recept till ett vegetarisk julbordet! ... helt vegetariskt julbord eller bara ha några gröna inslag hittar ... mingeltips till jul.

GOD GRÖN JUL - VEGETARISKT JULBORD

[Fortsätt läsa...](#)