

## Rezension

SCHINHARL Cornelia: Vegetarisch gut gekocht! Das Grundkochbuch. Was wirklich wichtig ist. Kosmos Verlag, Stuttgart 2012

**Franziska KOLMER**

Das Buch wendet sich, wie es schon der Titel andeutet, an Einsteiger – das verdeutlicht etwa die Anweisung für das Schälen von Kartoffeln. Das Buch hält was es verspricht, es gibt didaktisch ausgearbeitete Rezepte, einleitende Kapitel mit Warenkunde, in denen die jeweiligen Produkte vorgestellt werden wie auch ihre ernährungsphysiologische Bedeutung. Die Umsetzung der Rezepte stellt vor keine großen Anforderungen. Es finden sich Standardgerichte, zum Teil auch jetzt Modisches wie das Rote Beete-Carpaccio und die Topinambur-Suppe mit Chips. Wie es sich gehört sind Hinweise für Veganer mit den entsprechenden Rezepten nicht vergessen. Zu einem Grundkochbuch gehören auch die Schritt-für-Schritt-Anweisungen, dazu kommen noch spezielle Hinweise und Tipps, samt Bebilderung. Diese entspricht dem Standard. Im Inhalt unterscheidet sich das Werk nicht wesentlich von anderen vegetarischen Kochbüchern für die gleiche Zielgruppe.

In Summe ist es ein empfehlenswertes Buch für Einsteiger in die vegetarische Küche.