



[Madeleine Ankner](#), Florian Ankner

Heimwehküche vegetarisch

Klassiker von damals für heute

Fleischlose Rezepte aus Omas Küche

Traditionell, köstlich und ganz ohne Fleisch! Dieses **vegetarische Kochbuch** präsentiert das Beste, was **Großmutter's fleischlose Küche** zu bieten hat: Ob dampfende Gemüseeintöpfe, krosse Reibekuchen, Klassiker wie Frankfurter Grüne Sauce oder Dampfnudeln in würzigem Sud. Entdecken Sie **70 fast vergessene Klassiker-Rezepte der vegetarischen Hausmannskost mit regionalen und saisonalen Zutaten**.

Deutsche vegetarische Gerichte nach Großmutter's Art

Bei unseren Großeltern galt Fleisch noch als Luxus – stattdessen wurde aus der vollen Vielfalt an Gemüse und anderen nahrhaften Lebensmitteln geschöpft. Ganz im Gegenteil! Es wurden **abwechslungsreiche vegetarische Rezepte aus vollwertigen Lebensmitteln** kreiert. Das Ergebnis: **schmackhafte und gesunde Gerichte** mit Alblinsen, Rüben, Dinkel, Gerste, Leinsamen oder Grünkohl. **Madeleine und Florian Anker vom Blog Das Backstübchen** haben die besten fleischlosen Klassiker-Rezepte in diesem Kochbuch versammelt und zeitgemäß interpretiert.



- **Deutsche Küche vegetarisch:** Über 70 leckere und bodenständige vegetarische Rezepte bieten ein kulinarisches Fest für Liebhaber*innen der Deutschen Küche ohne Fleisch – von Milchreis und Dampfnudeln über Steckerrüben-Schnitzel bis zum Gemüseeintopf.
- **Ein Buch wie eine Reise in Omas Küche:** Das Buch lässt einen mit Geschichten aus Großmutter's Zeit, fast vergessenen Gerichten und Reportagen zu alten, ursprünglichen Produkten wie Linsen oder Graupen die Heimatküchen neu entdecken.
- **Stimmungsvolle Gestaltung:** Schwelgen Sie in atmosphärischen Erinnerungen an Omas und Opas Küche mit wunderschönen Fotografien und nostalgischem Layout.

Glücklich essen wie bei den Großeltern! Dieses Kochbuch liefert den Beweis: Fleischlose Rezepte aus Omas Küche sind gesund, nachhaltig, zeitlos und einfach superlecker!

[Madeleine Ankner](#), Florian Ankner

Heimwehküche vegetarisch

Klassiker von damals für heute

ISBN 978-3-8310-4247-0
192 Seiten, 198 x 254 mm
Über 150 farbige Fotos
€ 19,95 (D) / € 20,60 (A)