



## Thomasina Miers

### **Mexikanisch vegetarisch!**

**100 einfach frische Rezepte. Vegetarisch und vegan mexikanisch kochen, mit Grundlagen und Tipps für Neulinge.**

Bunte Gemüse, würzige Salsas, frisch-fruchtige Aromen: Die mexikanische Küche bietet eine erstaunliche Vielfalt an vegetarischen Gerichten! Die renommierte Autorin und Mexiko-Expertin Thomasina Miers beweist uns mit **Mexikanisch vegetarisch!** in mehr als 100 Gerichten, dass Tacos, Enchiladas, Burritos und so viel mehr auch ohne Fleisch einfach köstlich sind.

Die mexikanische Küche ist auch hierzulande sehr beliebt, wie gut sie aber auch für den gesünderen und fleischlosen Genuss taugt, machen die Gerichte für jeden Anlass und jeden Geschmack klar. Egal ob süß oder herzhaft für den perfekten Start in den Tag, Brunchideen wie Drei-Käse-Mlette mit Spinat, Snacks und Beilagen, Tacos und Kleinigkeiten auf die Hand, wohltuende Suppen & Eintöpfe, Salate oder Wohlfühlessen für die ganze Familie oder Freunde. Und für den perfekten mexikanischen Abend finden sich auch feine Süßspeisen, spritzige Cocktails und Margaritas in diesem Buch.



Neben den rund 100 Rezepten liefert Thomasina Miers die wichtigsten Infos zu typischen Zutaten wie Chilis oder Kräutern und verrät Grundrezepte für Salsas, Chiliöl oder Avocadocreme und Basics für selbst gemachte Tortillas. Mit diesem Buch kann die nächste Fiesta Mexicana auf vegetarisch starten!

#### **Über die Autorin:**

Thomasina Miers kam mit 18 nach Mexiko und war so von dem Land und seiner Küche begeistert, dass sie unbedingt dort leben wollte. Sie führte eine Cocktailbar in der Hauptstadt, lernte in ihrer Freizeit das Land kennen und arbeitete mit einigen der besten einheimischen Köche. Zurück in Großbritannien, gewann sie 2005 bei der BBC2-Sendung *MasterChef*. Ihre mexikanische "Cantina Wahaca" in London gilt als bestes mexikanisches Restaurant in der britischen Hauptstadt. Thomasina Miers ist Autorin mehrerer Kochbücher und lebt mit Ehemann und Tochter in London.

## Thomasina Miers

### **Mexikanisch vegetarisch!**

**100 einfach frische Rezepte. Vegetarisch und vegan mexikanisch kochen, mit Grundlagen und Tipps für Neulinge.**

ISBN 978-3-8310-4731-4  
256 Seiten, 198 x 253 mm  
Über 200 farbige Fotografien  
€ 24,95 (D) / € 25,70 (A)

**DK Verlag Dorling Kindersley Presse- und Öffentlichkeitsarbeit**

Ira Zeiten • Arnulfstraße 124 • 80636 München

Telefon: ++49/89/ 44 23 26-241 • Fax: ++49/89/ 44 23 26-410 • E-Mail: [presse@dk-germany.de](mailto:presse@dk-germany.de)

**Im Falle einer Besprechung bitten wir um einen Beleg. Vielen Dank im Voraus.**