
Wok Die Ultimativen Rezepte Fur Den Wok

Kochen mit dem Wok

Wok Kochbuch

Wok Kochbuch - 200 Wok Rezepte Ganz Nach Dem Motto „We Will Wok You

Wok

Wok Kochbuch - 245+ Wok Rezepte ganz nach dem Motto "We will wok you"

Wok Kochbuch für Anfänger!

Wok-Kochbuch Für Anfänger

Wok Für Anfänger

The Book of Wok and Stir-fry Dishes

Das große Wok Kochbuch – 205 leckere Wok Rezepte

XXL Wok Kochbuch - Asiatisch kochen mit 300 Wok Rezepten

Wok Kochbuch – 250+ Wok Rezepte ganz nach dem Motto „We will wok you“

Wok

Internationale Wok-Küche

Wok Kochbuch: Schnelle Rezepte Für Wok Anfänger

Wok Kochbuch

Wok Kochbuch

Wok Kochbuch

Wok: Die Ultimativen Rezepte Für Den Wok

Healthy Wok

Das große Wok Kochbuch

Wok Kochbuch

Wok Kochbuch: Die leckersten Rezepte für Ihren Wok Schritt für Schritt zubereiten | inkl. einfacher 3-Schritte-Grundregel, um köstliche eigene Rezepte zu kreieren

XXL Wok Kochbuch – Asiatisch kochen mit 300+Wok Rezepten

Jeremy Pang's School of Wok

Wok Kochbuch

Das große WOK Kochbuch - Asiatische Küche für Anfänger

WOK Kochbuch

Wok Kochbuch

Wok Kochbuch 2022

Wok Kochbuch Für Anfänger

Einfaches Wok Kochbuch für Anfänger

Das Große Wok Kochbuch

Das Wok-Kochbuch

Wok

Wok Kochbuch: 85 Leckere und Vielfältige Rezepte Aus der Asiatischen Küche Für Anfänger und Profis

Das WOK Kochbuch

Wok - Die besten Rezepte. Schnell, einfach, lecker. 31 traditionelle und neue Rezepte. Ideal für Einsteiger

Wok Kochbuch

Das große Wok Kochbuch

**Wok Die Ultimativen
Rezepte Fur Den Wok**

*Downloaded from
ftp.bonide.com by guest*

KERR GOOD

Kochen mit dem Wok tradition

WOK: DIE ULTIMATIVEN REZEPTE FÜR DEN WOK Knackiges Gemüse und saftiges Fleisch aus dem Wok Die Zubereitung im Wok ist nicht nur gesund, sondern auch lecker. Dank hoher Temperaturen und kurzer Kochzeiten bleiben Vitamine, Nährstoffe und Geschmack erhalten. Das Ergebnis sind leckere Gerichte mit knackig

frischem Gemüse und saftigem Fleisch. WOK: Viele Rezepte für jeden Geschmack In diesem WOK Kochbuch finden Sie viele abwechslungsreiche WOK Rezeptideen für jeden Geschmack. Thaispargel, frisches Gemüse, Scampi, Rindfleisch, Ente, Ananas und Mango sind nur einige der Zutaten, die diese Rezepte so lecker und exotisch machen. Die Zubereitung im Wok ist einfach und gelingt dank der wertvollen Tipps und Tricks in diesem Buch auch Kochanfängern leicht. Wer sollte mit dem WOK kochen? Für Fans der asiatischen

Küche. Für alle, die sich gesund ernähren möchten. Für alle, die auf der Suche nach neuen, leckeren und gesunden Rezepten sind. Für Hobbyköche, die wissen möchten, wie die Zubereitung im Wok genau funktioniert. Für alle Wok Besitzer auf der Suche nach neuen, abwechslungsreichen und exotischen Ideen. Was Sie in diesem Wok Kochbuch erfahren. Wie die Zubereitung im Wok funktioniert. Worauf Sie bei der Zubereitung im Wok achten sollten. Wie Gemüse im Wok schön knackig bleibt.

Viele leckere und abwechslungsreiche Rezepte aus dem Wok. Viele Grundlagen, Tipps und Tricks für neue, eigene Ideen aus dem Wok. Also, ran an den Wok! überraschen Sie Freunde und Familie mit neuen und exotischen Gerichten - Genuss garantiert!

Wok Kochbuch epubli

AS SEEN ON TV Celebrate fast, furious and fresh Asian cooking with over 80 recipes from TV's Jeremy Pang and his award-winning cookery institution, School of Wok. Bringing together the best Asian flavours from across the continent, this book is a combination of quick-fire, easy meals that take minutes to cook up. Most recipes in the book utilise the 'wok clock' technique, where the ingredients are laid out in a clock formation in the order they will be cooked for complete simplicity. From quick weekday suppers to family feasts with a bit more flare, Jeremy Pang's School of Wok contains the tips and tricks you need to make the world of Asian cooking easily accessible so you never have to resort to a fakeaway ever again. Chapter one: Chinese Including General Tso's Chicken; Garlic & Vermicelli Steamed Prawns and Vegan Chow Mein Chapter two: Thai

Including Steamed Fish with Lemon Grass & Lime Broth; Bangkok Crab Omelette and Green Chicken Curry Chapter three: Vietnamese Including Quick Chicken Pho; Sweet Potato & Prawn Fritters and Crispy Tofu in Tomato Sauce Chapter four: Singaporean & Malaysian Including Vegan Laksa; Malaysian Mixed Rice and Sesame Oil Chicken Chapter five: Indonesian & Pinoy Including Pinoy Garlic Butter Chilli Prawns; Coconut Spicy Squash Stew and Ben's Spicy Fried Chicken Chapter five: Korean & Japanese Including Kimchi Fried Rice, Korean Fried Chicken and Quick Vegan Ramen

Wok Kochbuch - 200 Wok Rezepte Ganz Nach Dem Motto „We Will Wok You XinXi
In diesem einmaligen Rezeptbuch kannst Du nicht nur die Wok Klassiker finden, sondern auch viele andere Klassiker! Zusammen mit Freunden und Familie am Tisch sitzen und einfach nur genießen - was gibt es Schöneres? Der Wok (kantonesisch für Kochgerät) ist eine im Durchmesser 25 bis 100 cm große, sehr randhohe und gewölbte Form einer Pfanne. Er ist eines der ältesten Kochgeräte der Welt. Vorformen des heutigen Woks gab es schon vor 3000

Jahren, damals noch aus Ton. Heutzutage kann der Wok mit der klassischen runden Bodenwanne auch auf speziellen Gasbrennern und Elektrokochern oder auf speziellen Untergestellen aufgestellt werden. Und inzwischen gibt es den Wok auch aus Stahlblech, Edelstahl, Aluminium, Silargan sowie mit flachem Boden. Somit kann der Wok mittlerweile auf allen handelsüblichen Elektro-, Gas-, und sogar Induktionsherden benutzt werden. Also man kann sagen, dass das Kochen mit dem Wok eine besonders einfache, schnelle, schmackhafte und gesunde Methode ist, um ein asiatisches Gericht zu bereiten. Sie kann auch sehr gut für viele westliche Gerichte genutzt werden. Mhhhh hört sich einfach beides nur lecker an! In diesem Buch finden Sie jede Menge toller Rezepte rund um die Zubereitung von Stir-Frys, Fleisch- und Fischgerichte und viel mehr. Das geht ganz einfach mit unseren Ideen als Grundlage oder mit unseren Rezeptideen, die Sie zum Experimentieren anhalten.

Wok Riva Verlag

Wok cooking is good for body and soul. Not only is it satisfying to chop different vegetables decoratively, in almost no time

and with little effort, super low-fat European and Asian dishes brimming with exotic flavors are ready to serve and enjoy. Healthy Wok leads cooks on an exciting journey through new territory. *Wok Kochbuch - 245+ Wok Rezepte ganz nach dem Motto "We will wok you"* GRÄFE UND UNZER

Wok Kochbuch für Anfänger: Schnelle Rezepte für Wok Anfänger. Mit diesem Wok Kochbuch für Anfänger bereiten Sie schnell & einfach leckere und gesunde Gerichte im Wok zu. Dank hoher Temperaturen und kurzer Kochzeiten bleiben Vitamine, Nährstoffe und Geschmack erhalten. Das Ergebnis sind leckere Gerichte mit knackig frischem Gemüse und saftigem Fleisch. Das Wok Kochbuch für Anfänger viele Rezepte für jeden Geschmack In diesem Wok Kochbuch finden Sie viele abwechslungsreiche Rezeptideen für jeden Geschmack. Auch Thaispargel, frisches Gemüse, Scampi, Rindfleisch, Ente, Ananas und Mango sind nur einige der Zutaten, die dieses Wok Kochbuch für Anfänger so lecker und exotisch machen. Die Zubereitung mit dem Wok Kochbuch ist einfach und gelingt dank der wertvollen

Tipps und Tricks in diesem Wok Kochbuch auch Kochanfängern leicht. Für wen ist das Wok Kochbuch für Anfänger geeignet? Für Fans der asiatischen Küche. Für alle, die sich gesund ernähren möchten. Für alle, die auf der Suche nach neuen, leckeren und gesunden Rezepten sind. Für Hobbyköche, die wissen möchten, wie die Zubereitung im Wok genau funktioniert. Für alle Wok-Besitzer auf der Suche nach neuen, abwechslungsreichen und exotischen Ideen. Wok Kochbuch für Anfänger: Das erfahren Sie neues: Wie die Zubereitung im Wok funktioniert. Worauf Sie bei der Zubereitung im Wok achten sollten. Wie Gemüse im Wok schön knackig bleibt. Viele leckere und abwechslungsreiche Rezepte aus dem Wok. Viele Grundlagen, Tipps und Tricks für neue, eigene Ideen aus dem Wok. Also, ran an den Wok! überraschen Sie Freunde und Familie mit neuen und exotischen Gerichten. Genuss garantiert!

Wok Kochbuch für Anfänger! BoD – Books on Demand

Wok Kochbuch für Anfänger: Die besten Wok Rezepte für jeden Tag Die Zubereitung im Wok ist gesund und lecker. Dank hoher Temperaturen und kurzer

Kochzeiten bleiben Vitamine, Nährstoffe und Geschmack erhalten. Das Ergebnis sind leckere Gerichte mit knackig frischem Gemüse und saftigem Fleisch. Wok Kochbuch für Anfänger: Viele Rezepte für jeden Geschmack In diesem WOK Kochbuch finden Sie viele abwechslungsreiche WOK Rezeptideen für jeden Geschmack. Thaispargel, frisches Gemüse, Scampi, Rindfleisch, Ente, Ananas und Mango sind nur einige der Zutaten, die diese Rezepte so lecker und exotisch machen. Die Zubereitung im Wok ist einfach und gelingt dank der wertvollen Tipps und Tricks in diesem Buch auch Kochanfängern leicht. Wer sollte mit dem Wok Kochbuch für Anfänger kochen? Fans der asiatischen Küche. Für alle, die sich gesund ernähren möchten. Für alle, die auf der Suche nach neuen, leckeren und gesunden Rezepten sind. Für Hobbyköche, die wissen möchten, wie die Zubereitung im Wok genau funktioniert. Für alle Wok Besitzer auf der Suche nach neuen, abwechslungsreichen und exotischen Ideen. Was Sie in diesem Wok Kochbuch für Anfänger neues erfahren. Wie die Zubereitung im Wok funktioniert. Worauf Sie bei der Zubereitung im Wok achten

sollten. Wie Gemüse im Wok schön knackig bleibt. Viele leckere und abwechslungsreiche Rezepte aus dem Wok. Viele Grundlagen, Tipps und Tricks für neue, eigene Ideen aus dem Wok. Also, ran an den Wok! überraschen Sie Freunde und Familie mit neuen und exotischen Gerichten. Genuss garantiert!

Wok-Kochbuch Für Anfänger Odila Kempf
Holen Sie sich mit dem Kochbuch Wok ein Stück Asien in die Küche Für alle Hobby-Köche, die einen leichten Einstieg in die Zubereitung asiatischer Gerichte mit dem Wok suchen und ohne großen Aufwand den Geschmack Asiens auf den heimischen Teller bringen wollen. Der Wok als die Mutter aller One-Pot-Gerichte: abwechslungsreich, gesund und lecker kochen, und das ganz alltagstauglich und ohne viel Geschirr schmutzig zu machen! Schonende Zubereitung und ein Maximum an Nährstoffen durchs Dämpfen: Holen Sie das Beste aus Ihren Lebensmitteln heraus, indem Sie Gemüse, Fleisch und Fisch im Wok behutsam garen. Die letzte Südostasienreise ist schon viel zu lange her, aber die Sehnsucht nach dem einzigartigen Geschmack der asiatischen Küche immer noch groß? Mit dem

Kochbuch Wok von Angelika Ilies holen Sie sich die Gaumenfreuden des Asien-Urlaubs in die eigene Küche. Lassen Sie sich verzaubern von den tollen Rezepten, die für das One-Pot-Wunder Wok geeignet sind. Hier finden sowohl Einsteiger als auch fortgeschrittene Gourmets einen spielend leichten Einstieg in die wunderbare Welt der asiatischen Küche. Atemberaubend einfach mit dem Wok kochen Asiatische Küche muss nicht immer kompliziert sein und aus massenhaft Zutaten und Kochutensilien bestehen. Im Kochbuch Wok wird Ihnen ein unkomplizierter und alltagstauglicher Einstieg in thailändische, chinesische und weitere asiatische Geschmackserlebnisse geboten – und das mit einer überschaubaren Anzahl von Zutaten und dem Wok als wichtigstes Utensil. In einer kleinen Gerätekunde werden Sie mit dem Wok, Ihrem zentralen Arbeitsgerät, vertraut gemacht. Wichtige Techniken wie die perfekte Schnitttechnik, das Dämpfen sowie das Rührbraten im Wok werden mithilfe von Bildern verständlich veranschaulicht. Eine zusätzliche Warenkunde zeigt die wichtigsten Gewürze fürs Garen im Wok.

Alltagstaugliche und unkomplizierte Rezepte laden zum Ausprobieren ein: Ob ein Blitzwok aus nur fünf Zutaten, Gerichte mit Tofu und Gemüse, Reis und Nudeln oder Fleisch und Fisch – hier findet jeder sein neues Lieblingsgericht.

Wok Für Anfänger Hamlyn
Wok Kochbuch Der Wok ist typisch für die asiatische Küche und ein echter Allrounder, wenn es ums Kochen geht. Durch die runde Form lassen sich die Zutaten leichter umrühren und es kann mit höherer Hitze gearbeitet werden. Wer das Kochen mit einem Wok gewöhnt ist, wird ihn nicht mehr hergeben wollen. Aber auch für Anfänger wird das Kochen mit der gewölbten Pfanne ein besonderes Erlebnis werden. Die asiatische Küche bietet eine besondere Vielfalt an würzigen Gerichten, die besonders in einem Wok zur Geltung kommen werden. In diesem Buch finden sie eine große Fülle an Rezeptideen, die sowohl für Anfänger als auch Profis geeignet sind. Was Sie in diesem Buch erwartet? Vorwort Was macht den Wok so besonders? Kochtechniken und Tipps Wok-Materialien 85 Rezepte Vegetarische Rezepte Fleischgerichte Gerichte mit Fisch und Meeresfrüchten Erfahren Sie viele

Informationen und entdecken gesunde Rezeptideen.

The Book of Wok and Stir-fry Dishes
tradition

Schnelle und gesunde Gerichte sind ab sofort kein Problem mehr. Dank des Wok! Sie sind daran interessiert, Lebensmittel vitaminreicher und knackiger zuzubereiten? Sie haben sich vielleicht schon einen Wok gekauft und sind nun auf der Suche nach einem geeigneten Kochbuch? In diesem Buch möchten wir Sie in die Welt der asiatischen Küche mitnehmen und Ihnen die vielseitigen Rezepte vorstellen, die der Wok zu bieten hat. Dieses Rezeptbuch ist das Richtige für Sie, wenn Sie... die Asiatische Küche lieben oder besser kennen lernen möchten Vielfältige und gesunde Wok-Gerichte zubereiten wollen den Wok ausprobieren möchten auf der Suche nach neuen und leckeren Rezepten sind Ihre Liebsten und sich selbst mit frischem und leckerem Essen aus dem Wok bereichern wollen Sie erhalten unter anderem... Einführung in die richtige Nutzung des Wok Tipps und Tricks große Auswahl an 100Rezepten auch vegetarische & vegane Gerichte Rezepte für Anfänger & Fortgeschrittene

Große Auswahl an Rezepten: Gerichte für Anfänger Wok mit Fleisch Wok mit Fisch oder Meeresfrüchten Vegetarischer Wok Veganer Wok Schnell und lecker
Thailändisch Chinesisch Indisch Vietnamesisch Sie werden also mit diesem Buch in der Lage sein, im Wok leckere Rezepte zu machen. Wir von „Easy Kochen“ würden uns auf jeden Fall freuen, Sie in das Kochen mit dem Wok einzuführen und unsere besten Rezepte an Sie weiterzugeben. Sollten Sie in Zukunft gemeinsam mit uns kochen wollen, dann können Sie unser Buch ganz einfach mit einem Klick auf den „Jetzt kaufen“ Button erwerben.

Das große Wok Kochbuch - 205

leckere Wok Rezepte tradition
WOK KOCHBUCH 101 tolle Rezepte für das Multitalent + GRATIS EBOOK Worauf können Sie sich freuen? Eine genaue Anleitung Jede Menge Tipps und Tricks für Zuhause Die besten und beliebtesten Rezepte für Zuhause Asiatisch kochen für Jedermann Gesund und abwechslungsreich WERDE ZUM PROFI MIT DEM BONUS RATGEBER- 2 in 1 Für wen ist dieses Buch geeignet? Hobbyköche, die nach neuen Ideen suchen Liebhaber der asiatischen

Küche Fortgeschrittene, die sich auf eine exotische Abwechslung freuen Reis und Gemüse- Fans Auch für Kochanfänger geeignet Ob Dämpfen, Braten oder Schmoren. Der Wok ist ein Allround Genie für eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung. Die Zubereitung im Wok ist sehr einfach und universell. Dank hoher Temperaturen und kurzer Kochzeiten bleiben Nährstoffe, Vitamine und Geschmack erhalten. Somit erhalten Sie leckere Gerichte mit knackig frischem Gemüse, tollen Gewürzen und saftigem Fleisch. Aber auch Veganer und Vegetarier kommen auf Ihre Kosten. 101 Rezepte für jeden Geschmack. Was erwartet Sie? Ein Auszug... Hähnchen Curry Bami Goreng Nasi Goreng Woknudeln Hähnchen süß sauer Paprika - Kokos - Curry mit Putenfleisch und Reis.....und vieles mehr DANN STARTEN SIE JETZT UND ERHALTEN NOCH EIN BONUS EBOOK!!!! 101 Tipps-Kochen wie ein Profi Wenn Sie wieder Abwechslung in der Küche wollen, dann bestellen Sie heute noch ihr Ebook oder Taschenbuch. Einfach oben auf den 1 Click Button drücken.

XXL Wok Kochbuch - Asiatisch kochen mit 300 Wok Rezepten Kitchen

Champions Verlag
 WOK KOCHBUCH: SCHNELLE REZEPTE FÜR WOK ANFÄNGER Frisches Gemüse und saftiges Fleisch aus dem Wok Die Zubereitung im Wok ist nicht nur lecker, sondern auch gesund. Dank hoher Temperaturen und kurzer Kochzeiten bleiben Vitamine, Nährstoffe und Geschmack erhalten. Das Ergebnis sind leckere Gerichte mit knackig frischem Gemüse und saftigem Fleisch. WOK KOCHBUCH: Viele Rezepte für jeden Geschmack In diesem WOK Kochbuch finden Sie viele abwechslungsreiche WOK Rezeptideen für jeden Geschmack. Thaispargel, frisches Gemüse, Scampi, Rindfleisch, Ente, Ananas und Mango sind nur einige der Zutaten, die diese Rezepte so lecker und exotisch machen. Die Zubereitung im Wok ist einfach und gelingt dank der wertvollen Tipps und Tricks in diesem Buch auch Kochanfängern leicht. WOK Kochbuch: So schmeckt es lecker. Für Fans der asiatischen Küche. Für alle, die sich gesund ernähren möchten. Für alle, die auf der Suche nach neuen, leckeren und gesunden Rezepten sind. Für Hobbyköche, die wissen möchten, wie die Zubereitung im Wok genau funktioniert.

Für alle Wok Besitzer auf der Suche nach neuen, abwechslungsreichen und exotischen Ideen. Was Sie in diesem Wok Kochbuch erfahren. Wie die Zubereitung im Wok funktioniert. Worauf Sie bei der Zubereitung im Wok achten sollten. Wie Gemüse im Wok schön knackig bleibt. Viele leckere und abwechslungsreiche Rezepte aus dem Wok. Viele Grundlagen, Tipps und Tricks für neue, eigene Ideen aus dem Wok. Also, ran an den Wok! überraschen Sie Freunde und Familie mit neuen und exotischen Gerichten. Genuss garantiert!

Wok Kochbuch - 250+ Wok Rezepte ganz nach dem Motto „We will wok you“

Dieses Wok-Kochbuch ist voll von köstlichen, leicht zuzubereitenden Rezepten! Mit über 300+ Rezepten zur Auswahl, finden Sie in diesem Kochbuch bestimmt das, wonach Sie suchen... Der Wok hat starke asiatische Wurzeln, die bis in die chinesische Han-Dynastie zurückreichen. Traditionell ist er eine hochwandige Pfanne mit rundem Boden, obwohl Versionen mit flachem Boden immer beliebter werden, da sie auf Standardherden verwendet werden

können. Üblicherweise ist er entweder mit zwei seitlichen Griffen oder einem langen Griff ausgestattet. Aber was macht einen Wok besser als eine normale Bratpfanne? Ein Wok verteilt im Gegensatz zu einer herkömmlichen Bratpfanne die Hitze viel gleichmäßiger. Das liegt an der konkaven Form mit abgeschrägten Seiten sowie an der Beschaffenheit des Materials, aus dem Woks hergestellt sind. Durch die bessere Wärmeverteilung erhalten Sie weniger heiße/kalte Stellen und stellen sicher, dass alles im Wok zur gleichen Zeit fertig gegart ist. Außerdem ist das Schwenken von Speisen, wie z. B. Stir-Fry aufgrund seiner Form viel einfacher und die Zutaten fallen zurück in den Wok. (mehr Informationen finden Sie im Buch) Sie sind auf der Suche nach ... □ 300+ leckere Wok Rezepte (u.a. Fischergerichte, Fleischgerichte, Dumplings & Frühlingsrollen, Suppen, Desserts uvm.) □ Kurze Einführung in das Thema □ Den richtigen Zutaten zum Kochen □ Inklusive einer Vielzahl von Saucen, Marinaden & Dips Rezepten Leckere Gerichte und gute Anhaltspunkte gefällig? Dann greifen Sie jetzt zu!

Wok

Wok Kochbuch für Anfänger: Schnelle Rezepte für Wok Anfänger. Mit diesem Wok Kochbuch für Anfänger bereiten Sie schnell & einfach leckere und gesunde Gerichte im Wok zu. Dank hoher Temperaturen und kurzer Kochzeiten bleiben Vitamine, Nährstoffe und Geschmack erhalten. Das Ergebnis sind leckere Gerichte mit knackig frischem Gemüse und saftigem Fleisch. Das Wok Kochbuch für Anfänger viele Rezepte für jeden Geschmack In diesem Wok Kochbuch finden Sie viele abwechslungsreiche Rezeptideen für jeden Geschmack. Auch Thaispargel, frisches Gemüse, Scampi, Rindfleisch, Ente, Ananas und Mango sind nur einige der Zutaten, die dieses Wok Kochbuch für Anfänger so lecker und exotisch machen. Die Zubereitung mit dem Wok Kochbuch ist einfach und gelingt dank der wertvollen Tipps und Tricks in diesem Wok Kochbuch auch Kochanfängern leicht. Für wen ist das Wok Kochbuch für Anfänger geeignet? Für Fans der asiatischen Küche. Für alle, die sich gesund ernähren möchten. Für alle, die auf der Suche nach neuen, leckeren und gesunden Rezepten sind. Für Hobbyköche, die wissen möchten, wie die

Zubereitung im Wok genau funktioniert. Für alle Wok-Besitzer auf der Suche nach neuen, abwechslungsreichen und exotischen Ideen. Wok Kochbuch für Anfänger: Das erfahren Sie neues: Wie die Zubereitung im Wok funktioniert. Worauf Sie bei der Zubereitung im Wok achten sollten. Wie Gemüse im Wok schön knackig bleibt. Viele leckere und abwechslungsreiche Rezepte aus dem Wok. Viele Grundlagen, Tipps und Tricks für neue, eigene Ideen aus dem Wok. Also, ran an den Wok! überraschen Sie Freunde und Familie mit neuen und exotischen Gerichten. Genuss garantiert!
Internationale Wok-Küche
 Der Wok hat starke asiatische Wurzeln, die bis in die chinesische Han-Dynastie zurückreichen. Traditionell ist er eine hochwandige Pfanne mit rundem Boden, obwohl Versionen mit flachem Boden immer beliebter werden, da sie auf Standardherden verwendet werden können. Üblicherweise ist er entweder mit zwei seitlichen Griffen oder einem langen Griff ausgestattet. Aber was macht einen Wok besser als eine normale Bratpfanne? Ein Wok verteilt im Gegensatz zu einer herkömmlichen Bratpfanne die Hitze viel

gleichmäßiger. Das liegt an der konkaven Form mit abgeschrägten Seiten sowie an der Beschaffenheit des Materials, aus dem Woks hergestellt sind. Durch die bessere Wärmeverteilung erhalten Sie weniger heiße/kalte Stellen und stellen sicher, dass alles im Wok zur gleichen Zeit fertig gegart ist. Außerdem ist das Schwenken von Speisen, wie z. B. Stir-Fry aufgrund seiner Form viel einfacher und die Zutaten fallen zurück in den Wok. Ein Wok ist ein Kochgeschirr mit rundem Boden und hohen Seiten, das in der Regel mit zwei seitlichen Griffen oder einem größeren Griff ausgestattet ist. Der runde Boden eines Woks sorgt dafür, dass sich die Hitze gleichmäßiger verteilt als in einem Kochtopf, so dass die Speisen in kürzerer Zeit gar werden. Durch die hohen Wände lassen sich die Speisen leichter schwenken, z. B. bei Stir-Fry-Gerichten, so dass die Zutaten gleichmäßig vermischt und gegart werden können. Woks werden traditionell hergestellt, indem eine Scheibe aus Kohlenstoffstahl in eine Schüsselform gehämmert und mit einem oder zwei Griffen versehen wird. Wok-ähnliche Pfannen werden in ganz Asien verwendet, und verschiedene Kulturen haben die

vielseitige Pfanne an ihre Bedürfnisse angepasst. Der kantonesische Wok, hat beispielsweise zwei kleine, gebogene Griffe auf jeder Seite. Ein Wok im nördlichen Stil hat in der Regel einen langen abnehmbaren Holzgriff, manchmal mit einem Griff auf der gegenüberliegenden Seite zum Anheben, wenn der Wok voll ist. (mehr Informationen finden Sie im Buch) Sie sind auf der Suche nach - 300+ leckere Wok Rezepte (u.a. Fischergerichte, Fleischgerichte, Dumplings & Frühlingsrollen, Suppen, Desserts uvm.) - Kurze Einführung in das Thema - Den richtigen Zutaten zum Kochen - Inklusive einer Vielzahl von Saucen, Marinaden & Dips Rezepten Leckere Gerichte und gute Anhaltspunkte gefällig? Dann greifen Sie jetzt zu!

Wok Kochbuch: Schnelle Rezepte Für Wok Anfänger

Sie sind schon lange begeistert von traditionellen Wok-Gerichten und würden diese gerne zuhause ausprobieren? Sie erfreuen sich regelmäßig an südostasiatischen Speisen und würde Ihr Kochrepertoire gerne erweitern? In diesem Buch werden sie fündig! Sie kochen gerne und lieben südostasiatische Gerichte, aber

Sie haben noch nie selber mit dem Wok gekocht? Oder haben Sie bereits einen Wok, sind jedoch auf der Suche nach neuen Rezeptideen? Dann sind Sie mit diesem Buch bestens ausgestattet. Sie werden vielfältige Rezepte für den Wok finden und ganz neue Inspirationen erhalten. Egal, ob Sie Koch-Neuling oder bereits geübt in der Küche sind - Sie finden Rezepte in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden. Auch vegetarische Gerichte und verschiedene Geschmacksrichtungen sind dabei. Sie werden begeistert sein, was der Wok alles zu bieten hat! Das erwartet Sie:

- ✓ Vegetarische sowie Fisch Ideen und Fleischgerichte für den Wok! ✓ 200 Rezepte für Einsteiger und Hobby-Köche!
- ✓ Was macht den Wok so besonders?
- ✓ Vielseitige Einsatzmöglichkeiten des Woks - vom Frittieren bis zum Sautieren!
- ✓ und vieles mehr ... Kaufen Sie dieses Buch und begeben Sie sich auf eine kulinarische Reise nach Südostasien!

Wok Kochbuch

Wok Kochbuch: Das große Wok Kochbuch. Die besten Wok Rezepte aus der asiatischen Küche. Schnelle, leckere und gesunde Gerichte für ernährungsbewusste

Menschen. ★ Sind Sie ein Fan der asiatischen Küche? ★ Kochen Sie gern kalorienarm, mit viel frischem Gemüse? ★ Soll die Zubereitung Ihrer Mahlzeiten einfach und schnell gehen? ★ Schwein, Rind, Huhn oder auch Ente - das alles würden Sie gerne zu Hause auf die asiatische Art und Weise zubereiten? ★ Sie wollen lernen, wie Sie mit den asiatischen Gewürzen richtig umgehen? Dann ist das "Wok Kochbuch" ein unverzichtbarer Begleiter in Ihrer Küche. Hier finden Sie alle Informationen, die Sie brauchen, um den Wok richtig einzusetzen. Natürlich ist Wok nicht gleich Wok. Es gibt die unterschiedlichsten Modelle. Aber egal, welcher Wok Ihren Anforderungen am ehesten entspricht, so haben sie doch alle eins gemeinsam. Sie sind trichterförmig, die Hitze wird in der Mitte des Woks zentriert. Das garantiert eine kurze Garzeit der einzelnen Zutaten. Lernen Sie in diesem Buch, welche Zutaten Sie als erstes in den Wok geben, wie Sie die asiatischen Gewürze richtig einsetzen und vor allem, was der Wok so alles kann. Denn im Wok können Sie nicht nur Braten. Sie können ebenso Schmoren, Dämpfen, Frittieren, Rösten, Dünsten und Räuchern.

So, wie Ihnen gerade der Sinn steht und welches Rezept Sie gerade in die Tat umsetzen wollen. Im "Wok Kochbuch" erhalten Sie zudem wichtige Informationen über: ★die verschiedenen Modelle, die es vom Wok gibt ★die Kunst, die Zutaten perfekt für den Wok vorzubereiten ★die unterschiedlichen Öle und wie Sie zum Geschmack der Gerichte beitragen ★die Allrounder-Gewürze, die Sie für alle Wok-Gerichte in Ihrer Küche haben sollten ★die besten Rezepte im Wok rund um Fleisch, Fisch, Geflügel und auch die vegetarischen Genüsse. Wer ist der Cooking Club? Der Cooking Club besteht aus Menschen, die mit Ihnen ihre Leidenschaft zum Kochen teilen möchten. Sie sammeln exklusiv für ihre Leser die besten Gerichte aus aller Welt und geben Hilfestellung, wie Sie diese perfekt zubereiten können.

Wok Kochbuch

Was ist ein Wok? Ein Wok ist definiert als ein Kochgerät mit rundem Boden und hohen Seiten, das üblicherweise mit zwei Seitengriffen oder einem größeren Griff ausgestattet ist. Der runde Boden eines Woks ermöglicht eine gleichmäßigere Wärmeverteilung als bei einem Kochtopf, sodass Speisen in kürzerer Zeit garen

können. Durch die hohen Wände lassen sich Speisen leichter schwenken, z. B. beim Braten von Pfannengerichten, sodass die Zutaten gemischt und gleichmäßig gegart werden können. Dieses Kochbuch bringt Ihnen hundert verschiedene chinesische Wok-Gerichte an einem Ort. Dieses Buch richtet sich an alle, die gerne chinesisch essen, aber nicht mit allen chinesischen Kochtechniken vertraut sind. In diesem Kochbuch entdecken Sie einige einfache und einfache Möglichkeiten, traditionelle chinesische Gerichte mit authentischen chinesischen Saucen und Gewürzen zuzubereiten. Die Gerichte sind nach der Vielfalt der von dieser Küche angebotenen Mahlzeiten kategorisiert, sodass Sie eine Auswahl an Teigtaschen zusammen mit Rezepten für Reis, Nudeln, Suppen, Schweinefleisch, Rindfleisch, Lamm, Geflügel, Meeresfrüchte, Tofu und Vorspeisen finden. Beliebte chinesische Kochtechniken Das Erlernen grundlegender chinesischer Kochtechniken ist unerlässlich, um zu Hause hochwertiges chinesisches Essen zuzubereiten. A. WOK-KOCHEN Zum Kochen im Wok müssen Sie den Wok zuerst vorheizen und sicherstellen, dass er

vollständig getrocknet ist, bevor Sie Öl hinzufügen. Dann können Sie in kreisenden Bewegungen Öl in Ihren Wok geben, um den gesamten Boden des Woks zu bedecken, und wenn Sie dies tun, stellen Sie sicher, dass der Wok nur heiß ist und nicht raucht. Antihaf-Woks können ruiniert werden, wenn sie zu stark erhitzt werden. B. PFANNENRÜHREN Chinesisches Pfannenbraten wird bei hoher Hitze durchgeführt, wenn Sie also einen herkömmlichen Herd zu Hause haben, dann braten Sie nur, wenn Ihr Wok oder Ihre Pfanne vorgeheizt ist. Sobald die Pfanne oder der Topf vorgeheizt ist, fügen Sie das Öl und andere Zutaten hinzu. Wenn Sie die Zutaten in die Pfanne geben, achten Sie darauf, dass sie Raumtemperatur haben oder nicht kalt sind. Kalte Zutaten in einem kantonesischen Wok machen das Essen nach dem Kochen matschig. C. ÖL-VELVETING FÜR STIR-FRY Bei dieser Gartechnik wird das Geflügel oder Fleisch vor dem eigentlichen Pfannenrühren kurz in heißem Öl angebraten, bis es leicht gebräunt ist. In diesem Buch finden Sie auch viele Gerichte mit der gleichen Methode, die für Rind, Schwein und

Geflügel verwendet werden. Das Fleisch wird dann herausgenommen und später dem eigentlichen Gericht hinzugefügt. Für den besten Geschmack wird das Fleisch vor dem Samten mariniert

Wok Kochbuch

Beherrschen Sie Ihren Wok mit diesem kompletten Rührbraten-Kochbuch Ein gut gewürzter Wok kann alles, egal ob Sie ein köstliches chinesisches Gericht braten, kochen, pochieren, dämpfen, räuchern, braten oder schmoren wollen. Jeder kann lernen, Wokgerichte in Restaurantqualität zu Hause zuzubereiten! Dieses umfassende Handbuch macht das Pfannenrühren ganz einfach, mit leicht verständlichen Anleitungen, die von der Vorbereitung bis zum Servieren alles abdecken. Was dieses Wok-Kochbuch auszeichnet: Tipps für erfolgreiches Pfannenrühren - Entdecken Sie hilfreiche Zubereitungstricks und -techniken in diesem praktischen Pfannenrührer-Kochbuch, sowie Hinweise zum Würzen und Pflegen Ihres Woks und Vorschläge für die Ausstattung Ihrer Küche. Ein Spickzettel mit Kochzeiten - Entdecken Sie einen praktischen Spickzettel mit Kochzeiten und Tipps für häufig

verwendete Zutaten wie Fleisch, Meeresfrüchte, Tofu und Reis. Kochen Sie ein komplettes Menü - Entdecken Sie eine große Auswahl an Beilagen und Hauptgerichten mit Gemüse, Fleisch, Geflügel, Meeresfrüchten, Reis und Nudeln. Mit diesem erstklassigen Wok-Kochbuch können Sie zu Hause ganz einfach Pfannengerichte zubereiten.

Wok: Die Ultimativen Rezepte Für Den Wok

WOK KOCHBUCH 100 tolle Rezepte für das Multitalent. Worauf können Sie sich freuen? -Eine genaue Anleitung -Jede Menge Tipps und Tricks für Zuhause -Die besten und beliebtesten Rezepte für Zuhause -Asiatisch kochen für Jedermann - Gesund und abwechslungsreich Für wen ist dieses Buch geeignet? -Hobbyköche, die nach neuen Ideen suchen -Liebhaber der asiatischen Küche -Fortgeschrittene, die sich auf eine exotische Abwechslung freuen -Reis und Gemüse- Fans -Auch für Kochanfänger geeignet... Ob Dämpfen, Braten oder Schmoren. Der Wok ist ein Allround Genie für eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung. Die Zubereitung im Wok ist sehr einfach und universell. Dank hoher Temperaturen und

kurzer Kochzeiten bleiben Nährstoffe, Vitamine und Geschmack erhalten. Somit erhalten Sie leckere Gerichte mit knackig frischem Gemüse, tollen Gewürzen und saftigem Fleisch. Aber auch Veganer und Vegetarier kommen auf Ihre Kosten. 100 Rezepte für jeden Geschmack. Was erwartet Sie? Ein Auszug... -Hähnchen Curry -Bami Goreng -Nasi Goreng - Woknudeln -Hähnchen süß sauer -Paprika - Kokos - Curry mit Putenfleisch und Reis.....und vieles mehr

Healthy Wok

Ganz egal ob Dämpfen, Braten oder Schmoren. Der Wok ist ein Allround Genie für eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung. Die Zubereitung im Wok ist sehr einfach und universell. Dank hoher Temperaturen und kurzer Kochzeiten bleiben Nährstoffe, Vitamine und Geschmack erhalten. Somit erhalten Sie leckere Gerichte mit knackig frischem Gemüse, tollen Gewürzen und saftigem Fleisch. Aber auch Veganer und Vegetarier kommen auf Ihre Kosten. 200 Rezepte für jeden Geschmack etwas dabei! In diesem Wok Kochbuch für Anfänger finden Sie viele abwechslungsreiche WOK Rezepte für jeden Geschmack. Asia Rezepte wie

z.B. frisches Gemüse, Scampi, Rindfleisch, Ente, Ananas und Mango das sind nur einige der Zutaten, die diese Rezepte so lecker und exotisch machen. Einfach und

lecker kochen ohne blabla sowie chinesisches kochen für Anfänger. Die Zubereitung im Wok ist einfach und

gelingt dank der wertvollen Tipps und Tricks in diesem Buch auch Kochanfängern Sie suchen nach dem perfekten Wok Buch? Hier ist es!