

Buchtipps & Rezensionen

Autor: Beate Holzner

Datum: 11.02.2022

Titel: Glutenfrei kochen und backen

Ruth Innerhofer, Inhaberin des Hotels Drumlerhof in Sand in Taufers, leidet an Zöliakie und hat sich intensiv mit dem Thema Gluten auseinandergesetzt. Aus dem gebündelten Know-how, das sich die Gastwirtin in vielen Jahren des Experimentierens angeeignet hat, hat sie jetzt ein Buch veröffentlicht. Mit dem Kochbuch „**Know-how glutenfrei – 66 Rezepte für alle Teige: Nudeln, Knödel, Brot, Kuchen, Kekse**“ möchte sie Betroffenen zu mehr Genuss verhelfen.

Auf 224 Seiten sind die besten glutenfreien Rezepte aus Ruth Innerhofers Küche im Hotel Drumlerhof zu finden: glutenfreie Teig-Rezepte vom Apfelstrudel bis zum Zwetschgendatschi, Südtiroler Spezialitäten wie Tirtlan, Schupfennudel und Knödel, aber auch italienische Ravioli, Gnocchi und Grissini, köstliche Desserts wie Kastanientorte, Schokosoufflé und Brownies und viele Brotrezepte.

Ruth Innerhofer mischt die Basis-Mehlmischungen selbst, dabei backt und kocht sie unter anderem mit Hirse, Buchweizen, Teff, Reis, Polenta, Kartoffeln und Amarant. Der Fokus liegt auf der Praxis, der Machbarkeit, ohne die Notwendigkeit spezieller Küchenmaschinen oder Küchenequipments. Alle Zutaten, die sie verwendet, sind im Supermarkt oder im Reformhaus erhältlich.

Überraschen Sie Ihre Gäste mit schmackhaften glutenfreien Gerichten.

Das Kochbuch ist bei Edition Raetia erschienen und für 24,90 Euro im Handel erhältlich.