

(Download free pdf) Himmlisch Kochen und Leben im Einklang mit dem Veda

Himmlisch Kochen und Leben im Einklang mit dem Veda

Von Frank Lotz

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation - Verkaufsrang: #134388 in BcherMarke: Frank'S Veda ShopVerffentlicht am: 2015-03-10Erscheinungsdatum: 2015-03-10Abmessungen: 11.30 x .79b x 8.98l, Einband: Gebundene Ausgabe224 Seiten | File size: 41.Mb

Von Frank Lotz : Himmlisch Kochen und Leben im Einklang mit dem Veda before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Himmlisch Kochen und Leben im Einklang mit dem Veda:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen8 von 9 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Das beste Buch fr Anfnger und Fortgeschrittene "Vedis"Von Uta Becker-walterIn diesem Buch ist alles zu finden, was Wissenswert ist - von Anis bis Zwiebel, ber Dal und Suppe zu einem unbeschreiblichen Kruter und Gewrzeteil. Die Hinweise auf den ayurvedischen Shop sind ebenfalls Gold wert - der Shop ist gut sortiert und die Lieferung ist erstklassig!Ich habe mich in diesem Buch sofort zu recht gefunden und "wohl gefhlt". Ich werde es wohl auch whrend eines ayurvedischen Kurses nutzen.Dieses Buch ist jeden Cent wert, wenn man sich ernsthaft mit der vedischen Kche beschftigen mchte. Die Rezepte sind logischerweise vegetarisch und beim ersten Mal ungewohnt. Trotzdem: gut beschrieben und leicht nach zu kochen. Unbedingt zu empfehlen: Panir = Paneer - lecker frischer selbst gemachter

Frischkse, der sehr bekmlich ist.5 von 6 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. HimmlischVon P. BeischSehr gut geschrieben,leicht verstdlich,Erzht ber Ayurveda,viele Tipps,tolle Rezepte,Sehr ausfhrlich beschrieben sind die Gewrze und Kruter .Es wird die Wirkung auf die Doshas gezeigt.3 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Einfach Gut!Von julio57Guten Aufklrung ber des Ayurveda Medizin Allgemein, Guten Rezepten und Gesundheit Typs fr den Alltag...man kann gutes fr sich Lernen...

ProduktbeschreibungEin ayurvedisches Kochbuch mit ausfhrlichem Kruter- und GewrzteilGebundenes BuchOb "Humphrey Bogarts Orangensorbet Casablanca", "Minestrone di Verdi" oder "Weier Himalaya Wolken Duftreis" ...Kstliche Rezepte laden ein, die ayurvedische Kche kennen zu lernen.Nach dem Motto "Himmlisch kochen und gesund leben" schlgt Frank Lotz die Brcke zwischen unserer modernen Zeit und der vedischen Tradition.Die Rezepte sind sehr bekmlich, schmackhaft und lassen sich auch fr Neuentdecker der Ayurveda-Kochkunst leicht nachkochen. Ob Sie nun Vegetarier sind oder nur einmal fleischlos essen wollen: Sie finden viele tolle Rezepte.Schne spirituelle Geschichten, eine ausfhrliche Einleitung und die Kruter- und Gewrzkunde bereichern den Rezeptteil. Mit "Oma Minnas" kleinen Kommentaren kommt auch der Humor nicht zu kurz. So ist "Himmlisch Kochen und Leben im Einklang mit dem Veda" ein Buch fr Krper, Seele und Geist.

KurzbeschreibungMit diesem Buch mchte ich mein Wissen mit Ihnen teilen, das ich in ber 38-jhriger Praxis mit dem Maharishi Vedic Health System erfahren habe. Es gibt so viele Kochbcher ber Ayurveda und die vegetarische Kche, aber nur die wenigsten sind auch von Kchen geschrieben worden. In diesem Buch fliet die vegetarische ayurvedische Kocherfahrung zusammen mit dem Wissen, das ich als Lehrer der Transzendentalen Meditation von Maharishi Mahesh Yogi gelernt habe. Ich hatte das Glck, nachdem ich 1976 TM Lehrer wurde, 1977 bei einem Meisterkoch in der Schweiz in Seelisberg/Kanton Uri die traditionelle vedische Kochkunst zu erlernen. Weitere Stationen meines Werdeganges waren Rheinweiler bei Lrrach, wo ich bei der Meru-Press (Druckerei der Maharishi European Research University) fr die Mitarbeiter gekocht habe, die Akademie Schleddehausen, die deutsche Zentrale der TM-Bewegung, sowie Bremen, die Akademie von Frau Eickhoff. Als Hhepunkt empfinde ich meinen Aufenthalt als Kchenchef in Boppard am Rhein, wo ich fr die Purusha Gruppe gekocht habe und Maharishi unter uns weilte. Es war Maharishis Wunsch, dass alle Purushas in Gruppen abwechselnd unter meiner Anleitung kochten. Inspirierend war fr mich, dass diese internationale Gruppe mir Rezepte aus aller Herren Lnder zutrug. Einige meiner italienischen und franzsischen Rezepte stammen aus dieser Zeit.Ich hoffe, es gelingt mir mit diesem Buch, Sie an die vedische Kche heranzufhren. Die schen Geschichten, die ich in das Buch habe einflieen lassen, sollen Sie dazu inspirieren, mit der Reise des Wissens zu beginnen und zu erkennen, dass der Mensch kosmisch ist.Von 19951999 habe ich dann im Maharishi Ayurveda Gesundheitszentrum Bad Ems die Kche geleitet. Es war eine schne Zeit in Bad Ems, und es freute mich immer wieder zu sehen, welche positive Wirkung die Ayurveda-Kche auf die Gste whrend ihrer Kuraufenthalte hatte. Durch die zahlreichen Kochkurse und von mir eingefhrten Schnupperkochkurse wurden weit ber tausend Gste an die ayurvedische Kochkunst herangefhrt. Es waren die Kurgste, die mich quasi drngten endlich mein Kochbuch zu schreiben. Seit September 1999 kmmerte ich mich nun im Erziehungsurlaub um meine Tochter Valentina. So hatte ich die Zeit gefunden, meine Erfahrungen und Kenntnisse der vedischen Kche niederzuschreiben und in diesem Buch zu verffentlichen.Im Sptherbst 1999 lernte ich durch Zufall den Knstler Werner Towara aus Arnsberg kennen. Es war schnell klar, dass er die dazugehrigen Zeichnungen zu meinem Buch machen sollte. Ich glaube meine Oma Minna ist ihm ganz gut gelungen. Sie begleitet Sie durch dieses Buch und meldet sich mit ihrer lustigen, bodenstndigen und weisen Art immer wieder zu Wort.Meine Gromutter Minna war eine begnadete Kchin und eine herzensgute Frau. Ich danke vor allem ihr, dass ich ihre Gene geerbt habe und mir das Kochen genauso viel Freude bereitet. Meine Gromutter hat noch bis zum Alter von 82 Jahren tglich fr die Grofamilie gekocht und einmal die Woche fr ca. 50 Personen. Auch heute noch erinnert man sich in unserer Gegend gerne an ihre herzensgute Art und ihre schmackhafte Kche. Somit ist das Buch auch eine Widmung an meine Gromutter Minna. Ihre Art war es, die ganze Familie zusammenzuhalten.Mge dieses Buch auch so eine Wirkung fr den Leser und seine Familie haben. Denn Essen verbindet und Liebe geht durch den Magen.