

Roh, vegan, gluten-& lektinfreie Rezepte

Post by "Angelika" of Dec 24th 2019, 8:24 pm

Hm, wieso sind die Hefeflocken nicht vegan? Ich dachte, das ist DER schnelle (pseudo-) Ersatz für vegane Käseliebhaber .. und ein Kompromiss was den Aspekt "Rohkostqualität" betrifft?

Noch besser ist natürlich einen richtigen Käse anzusetzen mit Mikroorganismen, hier gibt es inzwischen tolle Kultur-Lieferanten sogar über das Internet.