

# Kochbuch LeguMMus

Datum: 30.04.2026

## Powerfood

lactose-, hefe- und glutenfrei

### Beschreibung

Vegane Küche mit großem Geschmack - frei von Laktose, Hefe und Gluten. LeguMMus Powerfood ist eine Anleitung für die schnelle vegane Küche ohne Verzicht auf Genuss und Qualität. Man muss kein Veganer sein, um diese Speisen zu lieben und zu schätzen, aber vegane Mahlzeiten, eingestreut in den Wochenablauf, tun dem Wohlbefinden und der Umwelt gut.



### Keine Zutatenliste gefunden

Speise kann Spuren von Getreidegluten, Erdnüssen, Lupine, Schalenfrüchten, SO<sub>2</sub> und Sulfiten, Senfsamen, Sellerie, Sesam und Soja enthalten.

