



Rezepte Ohne Kohlenhydrate - 50 Mittagessen-Rezepte Zum Abnehmerfolg in Nur 2 Wochen (Paperback)

By Mathias Müller

Createspace Independent Publishing Platform, 2016. Paperback. Condition: New. Language: German . Brand New Book ***** Print on Demand *****.Nur HEUTE ein KOSTENLOSER Bonus für Sie! Schauen Sie mal rein! Das Mittagessen muss in erster Linie schmecken und somit die nötige Energie für den Rest des Tages liefern. Wie auch geringe Mengen an Kohlenhydraten diesen Bedarf bei körperlich anstrengenden Berufen problemlos decken, beweist die Low Carb Küche. Ohne Hungergefühl lecker und ausgewogen essen und dennoch endlich das Wunschgewicht zu erreichen, ist mit diesem Ernährungskonzept endlich kein lang gehegter Traum mehr. In diesem Kochbuch finden Interessierte einen praktischen Einstieg in das Thema Low Carb , ohne nur theoretisch die Regeln der kohlenhydratarmen Küche zu studieren. Hier steht ganz klar das Probieren und Ausprobieren im Vordergrund. Aufgeteilt ist das Kochbuch in insgesamt 5 Kategorien mit jeweils 10 Rezepten. Gemeinsam haben die Rezepte einen schnellen Überblick über die Zubereitungszeit sowie den Schwierigkeitsgrad und die Nährwerte. Die meisten Rezepte sind so ausgewählt, dass sie problemlos von Kochanfängern zubereitet werden können und dennoch auch für ambitionierte Hobbyköche raffinierte Highlights bereithalten. Die Zutaten dafür sind zudem in jedem Supermarkt erhältlich, so dass ein umständlicher Einkaufsmarathon auf der Suche nach speziellen Lebensmitteln entfällt. Bei den fünf Kategorien handelt es sich...



READ ONLINE
[8.24 MB]

Reviews

Unquestionably, this is actually the greatest function by any author. I was able to comprehend every little thing using this created e ebook. Its been printed in an remarkably straightforward way which is merely following i finished reading this ebook in which in fact altered me, alter the way i think.

-- Arianna Witting

An exceptional book as well as the font used was exciting to read. It is actually rally intriguing through reading time. You will not sense monotony at anytime of the time (that's what catalogues are for about when you ask me).

-- Crystel Hagenes