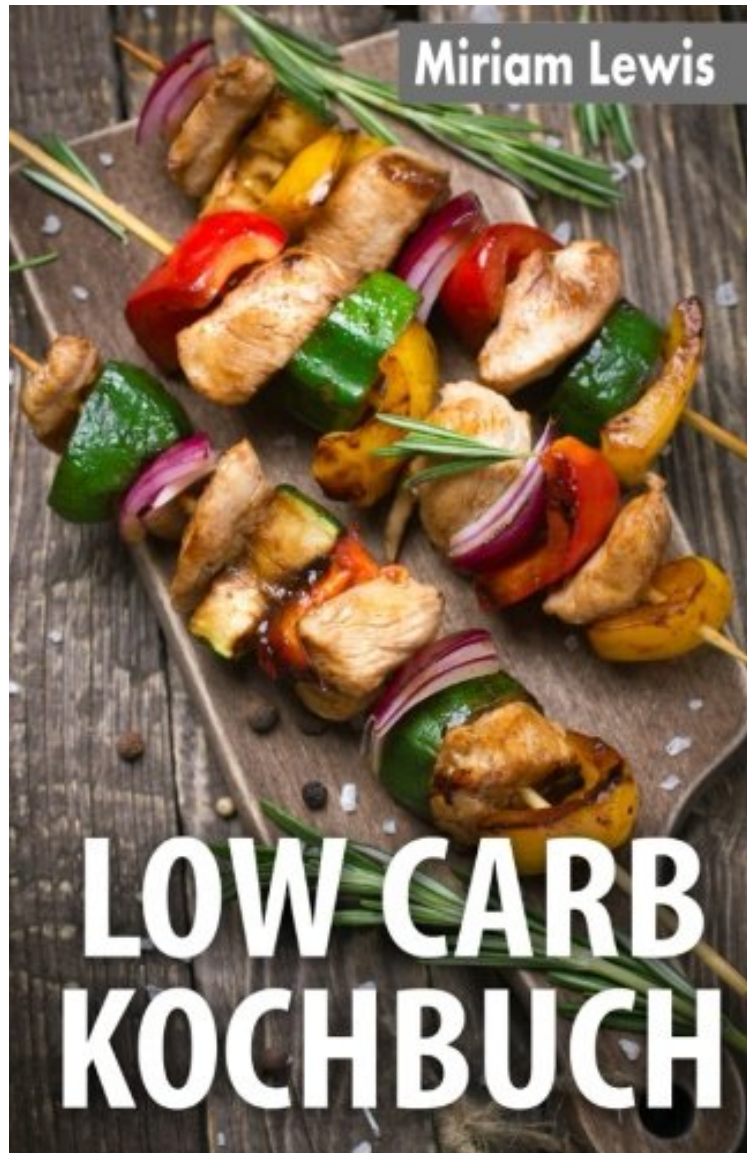


[Ebook pdf] Low Carb Kochbuch: 50 kohlenhydratarne Rezepte fr eine optimale Ernhrung

Low Carb Kochbuch: 50 kohlenhydratarne Rezepte fr eine optimale Ernhrung

Von Miriam Lewis

**Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks*



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrank: #549221 in BcherVerffentlicht am: 2015-03-11Abmessungen: 8.50 x .29b x 5.50l, Einband: Taschenbuch112 Seiten | File size: 31.Mb

Von Miriam Lewis : Low Carb Kochbuch: 50 kohlenhydratarne Rezepte fr eine optimale Ernhrung before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Low Carb Kochbuch: 50 kohlenhydratarne Rezepte fr eine optimale Ernhrung:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Finger

weg! Von Carrie Ich habe dieses Buch aufgrund der Rezeptübersicht bestellt, die man sich ansehen kann. Das Buch bezeichnet sich als Low Carb Kochbuch - das stimmt DEFINITIV NICHT!!! Abgesehen davon, dass das Buch einfach nur vollkommen billig gemacht ist - keine Bilder, zig Schreibfehler -, strotzen einige Rezepte regelrecht von Kohlehydraten. So werden munter mehrere 100g Mehl verwendet, Apfelsaft und Honig, ein ganzes Ciabatta usw usw. Wer sich also tatsächlich low carb ernähren möchte, dem ist hiermit nicht geholfen. Das Buch ist eine einzige Frechheit, blo nicht kaufen! 0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. LOW-CARB Kochbuch Von Kunde Mit wenig Aufwand lassen sich schnell tolle Rezepte zaubern. Dieses Buchlein ist dafür eine echte Hilfe, um schnell etwas herzustellen. Hervorragend für leidende Menschen, die unheimlich viel Übergewicht haben und gesund werden und leben möchten, hervorragend! Jedem zu empfehlen, der es wünscht sein gesundes Gewicht zu erreichen, zu erhalten und gesund zu bleiben. Jeder der es ausprobiert wird dies bestätigen. Viel Erfolg! 3 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Einfach leckere leichte Küche Von Buchleser83 Dieses Buch enthält zu den Obergruppen (Vorspeisen, Salate....) verschiedene Vorschläge für kalorienarme Gerichte. Es ist detailliert und leicht beschrieben, wie man die Zutaten bearbeitet und bereitet. Besonders positiv ist die Nutzung von frischen Kräutern. Ein paar Sachen habe ich bereits gemacht und sie waren sehr lecker. Empfehlenswert für alle, die gern gesund kochen.

Kurzbeschreibung Low Carb Ernährung steht hoch im Kurs nicht umsonst! Denn der bewusste Verzicht auf Kohlenhydrate hat nachweislich einen enormen Effekt auf die Gewichtsabnahme. Mit einer kohlenhydratarmen Ernährung führen Sie Ihrem Körper keine überschüssige Energie mehr zu, die er sonst als Fettreserve einlagern würde. In Kombination mit Bewegung ist es ein idealer Weg, um dauerhaft und gesund überschüssige Kilos loszuwerden. In diesem Kochbuch erhalten Sie 50 tolle Gerichte zu jeder Tageszeit und Gelegenheit. Zu Ihrer besseren Übersicht enthalten alle Rezepte genaue Nährwertangaben. Dieses Kochbuch eignet sich hervorragend für diejenigen Personen, die gerne gesund abnehmen möchten ohne auf leckeres Essen verzichten zu müssen.