



## Buchtipp: Vegetarisches Low Carb

Von *Schuetz*

Erstellt am 8 Jun 2016 - 05:47

Sabine Beuke und Jutta Schütz zaubern für die vegetarische Küche kohlenhydratarne Rezepte.

In den aktuellen wissenschaftlichen Studien setzt sich immer mehr die Meinung durch, dass die Kohlenhydrate Mitverursacher ernährungsbedingter Zivilisationskrankheiten sind. Low Carb (Kohlenhydratarne Ernährung) korrigiert den gestörten Stoffwechsel und der Blutzucker wird durch diese Ernährungsweise stabilisiert.

Viele Gemüsesorten sind richtige Multi-Gesundheitstalente. Sie hemmen Entzündungen, stärken das Immunsystem und beugen Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor.

In diesem Buch gibt es 50 vegetarische, kohlenhydratarne Gerichte.

Die Low Carb Bücher der Autorinnen „Sabine Beuke & Jutta Schütz“ haben sich einen festen Platz in den Bestsellerlisten und in der Presse erobert.

Buchdaten:

Vegetarisches Low Carb: Die kohlenhydratarne Küche

Autoren: Sabine Beuke & Jutta Schütz

Taschenbuch: 56 Seiten

Verlag: Books on Demand; Auflage: 1 (4. Mai 2016)

Sprache: Deutsch - € 4,96

ISBN-10: 3842383177 und ISBN-13: 978-3842383173

Diese Presse darf ausschließlich zu informativen, persönlichen und NICHT-kommerziellen Zwecken verwendet werden. Sie dürfen diese Presse ansehen, drucken, kopieren und weitergeben unter folgenden Bedingungen: Die Presse darf nur verwendet werden für den persönlichen, nicht kommerziellen Gebrauch. Die Presse muss bei einer Kopie oder bei einem Teilausschnitt alle rechtlichen Informationen wie das Originaldokument sowie auch das Copyright-Recht „© 2016 Jutta Schütz“ enthalten. Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.

Firmeninformation:

Jutta Schütz schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man in den Verlagen, auf ihrer Webseite - sowie im Kultur-Netzwerk (Kommunikationsplattform für Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment und Medien).

Pressekontakt:

Jutta Schütz

D-33611 Bielefeld

[info.schuetz09@googlemail.com](mailto:info.schuetz09@googlemail.com) [1]

[www.jutta-schuetz-autorin.de/](http://www.jutta-schuetz-autorin.de/) [2]



## **Buchtipp: Vegetarisches Low Carb**

Veröffentlicht auf medcom24 (<http://www.medkom24.eu>)

---

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 06:22):** <http://www.medkom24.eu/node/21488>

### **Links:**

[1] <mailto:info.schuetz09@gmail.com>

[2] <http://www.jutta-schuetz-autorin.de/>