



Die sanfte Low Carb Methode

Von *Schuetz*

Erstellt am 2 Mär 2018 - 10:19

Die Ernährungsweise "Low Carb" revolutioniert die Ernährungswelt und wer sich ernsthaft mit der kohlenhydratarmen Ernährung auseinander setzt, braucht unkomplizierte Low Carb Bücher.

Bei dieser sanften Low Carb Variation brauchen Sie auch keine komplizierten Rechnungen bezüglich Gesamtmenge der Kohlenhydrate durchzuführen.

Auch in den deutschsprachigen Ländern setzt sich diese Ernährungsweise immer mehr durch und schon viele Restaurants bieten bewusst kohlenhydratarme Gerichte an.

Wer bislang der Low Carb Ernährung wegen vermeintlich „gesundheitlicher Nachteile“ nichts abgewinnen konnte, wird von diesen Low Carb Büchern überrascht sein. Die Autorinnen legen großen Wert auf hilfreiche Details (unkomplizierte Rezepte, keine KH-Zählerei), die es dem Umsteiger auf die kohlenhydratarme Ernährung einfacher machen.

Diese sanfte Low Carb Methode ist goldrichtig für alle, die einfach nur gesünder essen und sich wohlfühlen möchten.

Buchtipp:

- Low-Carb: 555 Rezepte/Best Of

Autoren: Sabine Beuke & Jutta Schütz

Verlag: Books on Demand

ISBN-10: 3738636773 und ISBN-13: 978-3738636772

Taschenbuch: 244 Seiten

Sprache: Deutsch – € 9,99 (Kindle: € 7,99)

Weitere Low Carb Bücher sowie Infos über Ernährung finden Sie auf den Webseiten der Autorinnen:

<https://sabinebeuke.de/> [1]

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

Low-Carb: 555 Rezepte/Best Of: Die Autorinnen "Beuke und Schütz" vermitteln Motivation pur und räumen mit alten Vorurteilen auf. Anhand von vielen wissenschaftlichen Berichten von Ernährungsforschern nehmen sie die Angst vor einer kohlenhydratarmen Ernährung. Wer ihre Bücher kennt, stellt schnell fest, dass es auch viele Rezepte gibt, und dass sich die Ernährung abwechslungsreich gestalten lässt. Wichtige Informationen, die man über die Ernährung und Verdauung sonst nirgends lernt – in ihren Büchern kommen sie äußerst anschaulich und gut verdaulich auf den Tisch.

Wer Ratgeber oder Sachbücher schreibt, sollte das Wissen so aufbereiten, dass es auch Laien verstehen können. Die Autorinnen haben die Voraussetzung, Fachwissen kompakt zusammen zu fügen und dieses verständlich zu erklären. Dabei ist es wichtig, das Wissen eines Laien im Auge zu behalten. Beide Autorinnen haben schon mehrere Ratgeber geschrieben und der Erfolg gibt ihnen Recht. Wer sich einem bestimmten Thema widmet, muss stets ein Stück weit über den Tellerrand hinausschauen.

Die Low Carb Bücher der Autorinnen "Sabine Beuke & Jutta Schütz" haben sich einen festen Platz in den Bestsellerlisten und in der Presse erobert und sind auch als E-Books überall im Handel erhältlich.



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 „© 2018 Jutta Schütz“ enthalten. Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.

Firmeninformation:

Jutta Schütz schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Sie hat bis heute über 75 Bücher geschrieben und an vielen anderen Büchern mitgewirkt. Zudem hilft sie als Mentorin und Coach vielen Neuauf Autoren bei der Veröffentlichung ihrer Bücher. Als Journalistin schreibt Schütz für viele Verlage und Zeitungen. Ihre Themen sind: Gesundheit, Psychologie, Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man in den Verlagen, auf ihrer Webseite - sowie im Kultur-Netzwerk.

Pressekontakt:

Jutta Schütz

Achenkamp 0

D-33611 Bielefeld

info.schuetz09@gmail.com [3]

www.jutta-schuetz-autorin.de/ [4]

www.die-gruppe-48.net [5]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 04:58): <http://www.medkom24.eu/node/23022>

Links:

[1] <https://sabinebeuke.de/>

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

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

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

[5] <http://www.die-gruppe-48.net>