



## Gesunde Rezepte (kohlenhydratarm) aus 1001 Nacht

Von *Schuetz*

Erstellt am 9 Sep 2014 - 11:05

Scheherazades LOW CARB Rezepte

Autorin Jutta Schütz zauberte wieder ein neues Low Carb Buch. Sie führt die Leser in die Welt von 1001 Nacht. Es ist ein buntes und einzigartiges Geschmackserlebnis. 40 Rezepte für nur 3.90 Euro.

Buchbeschreibung: Orientalische Rezepte - das sind kulinarische Köstlichkeiten aus 1001 Nacht. Auch hier in Deutschland hat die orientalische Küche viele Anhänger gefunden. Die große Vielzahl an unterschiedlichen Gewürzen und Geschmacksrichtungen sorgt für große Abwechslung auf dem Speiseplan. In der Einleitung erzählt die Autorin kurz die Geschichte von Scheherazade. Sie basiert auf einer alten persischen Märchensammlung mit dem Namen „Hezâr Afsâna, Tausend Mythen“.

Im Anschluss folgen 40 Rezepte und Infos.

Mit ihren Gerüchen von Safran, Cayennepfeffer, Zimt, Kurkuma und Koriander ist die orientalische Küche ein wahres Feuerwerk für unsere Sinne. Es werden Mandeln, Feigen, Datteln, Pistazien und Hülsenfrüchte verwendet. Bohnen, Linsen, und Kichererbsen dienen als Grundnahrungsmittel. Die orientalische Küche ist einfach märchenhaft. Aus diesen Gründen hat die Bestseller-Autorin Jutta Schütz wieder neue und exklusive Low Carb Rezepte gezaubert, die auch mit zusätzlichen Beilagen als normale Gerichte verwendet werden können.

Dieses Kochbuch ist auch für Diabetiker geeignet.

Buchdaten:

Scheherazades LOW CARB Rezepte

Autorin Jutta Schütz

Taschenbuch: 56 Seiten

Verlag: Books on Demand; Auflage: 1 (20. Mai 2014)

Sprache: Deutsch - ISBN: 978-3-7357-3751-9 –3,90 Euro

Bei ihrer Low Carb Ernährung (bei Zivilisationserkrankungen wie Diabetes, Darmerkrankungen, Epilepsie, AD(H)S, Migräne usw. geeignet) brauchen Sie keine Kohlenhydrate zu zählen.

Firmeninformation

Jutta Schütz (Autorin, Journalistin, Psychologin, Dozentin, Mentorin) schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man in den Verlagen: Rosengarten-Verlag, FIT GESUND SCHOEN, BoD und tredition, sowie im Kultur-Netzwerk (Kommunikationsplattform für Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment und Medien).

Pressekontakt



Jutta Schütz

Mollstraße

D-58097 Hagen

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

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

<http://www.rosengarten-verlag.de/> [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:55):** <http://www.medkom24.eu/node/19446>

### Links:

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

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

[3] <http://www.rosengarten-verlag.de/>