



LOW CARB - Gesunde kulinarische Überraschungen

Von *Schuetz*

Erstellt am 30 Jun 2015 - 20:10

Die Phantasie ist eine Eigenschaft, der beim kreativen Kochen eine besondere Bedeutung zukommt und dies findet man auch in den gesunden Kochbüchern der Autorin Jutta Schütz im Rosengarten-Verlag.

Die Kochbücher bieten gesunde Rezepte auf Gourmet-Niveau. Auch eine gesunde Ernährung muss nicht langweilig sein.

Während wir Rinder essen, würde in Indien keiner auf die Idee kommen, die dort „Heilige Kuh“ als Nahrung zu verwerten und der Islam, wie auch das Judentum sowie das ursprüngliche Christentum verbietet das Essen von Schweinefleisch.

Selten scheiden sich die Geister in solch extremem Maß, wie bei fremdartigen Essgewohnheiten.

Die Globalisierung macht auch vor der Länderküche nicht halt.

Während Bison, Elch, Gams, Kamel, Känguru, Krokodil, Lama, Mufflon, Rentier, Schlange, Springbock oder Strauß bisher abenteuerliche Urlaubserinnerungen waren, kann man diese „Spezialitäten“ heute problemlos im Internet bestellen.

Aus diesen Gründen hat die Autorin Jutta Schütz wieder neue und exklusive Low Carb Rezepte gezaubert, die auch mit zusätzlichen Beilagen als normale Gerichte verwendet werden können.

Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen – dieser Spruch ist schon uralte. Aber was versteht man unter gesunder Ernährung?

Die Ernährung ist nicht nur Energie- und Nährstoffzufuhr und somit Basis für die Lebenserhaltung - Ernährung ist auch soziale Interaktion, Kultur, Tradition und Genuss. Unser Körper ist auf die Nahrung angewiesen, um leistungsfähig und gesund zu bleiben.

Was bedeutet nun eigentlich Low Carb?

Low Carb (LC) ist ein englischer Begriff und bedeutet: „wenig Kohlenhydrate“. Es geht darum, die Kohlehydratzufuhr in der täglichen Nahrung deutlich zu reduzieren.

Buchdaten:

Low Carb Exotisch Teil 1

Autorin: Jutta Schütz

Verlag: A.S.Rosengarten-Verlag

ISBN-13: 9783981616545

Buchdaten:

Low Carb Exotisch Teil 2

Autorin: Jutta Schütz

Verlag: A.S. Rosengarten-Verlag

ISBN-13: 9783981616569



Kontakt:

A. S. Rosengarten-Verlag

Ziegelberg 13

74538 Rosengarten

Telefon: 0791/95 66 4029 und Telefax: 0791/95 66 40 28

E-Mail: angelika.schweizer@rosengarten-verlag.de [1]

Der Rosengarten-Verlag wurde im August 2013 gegründet und kann jetzt schon Bücher ganz vorne in der Amazon-Bestsellerliste vorweisen. Die Verlegerin „Angelika Schweizer“ legt großen Wert auf handverlesene Bücher. Die Messlatte des Rosengarten-Verlages liefern die Leser. Es wird gezielt nach Büchern und Autoren gesucht, die Themen aufgreifen, die nicht alltäglich und somit auch nicht überall zu finden sind.

Firmeninformation:

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

Pressekontakt:

Jutta Schütz

D-33611 Bielefeld

info.schuetz09@gmail.com [2]

www.jutta-schuetz-autorin.de/ [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:27): <http://www.medkom24.eu/node/20465>

Links:

[1] <mailto:angelika.schweizer@rosengarten-verlag.de>

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

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