



## Low Carb: Außergewöhnliche Rezepte

Von *Schuetz*

Erstellt am 3 Jul 2015 - 17:04

Dieses Low Carb Buch ist ebenso außergewöhnlich wie aufregend. Es gibt „ausnahmsweise“ auch 6 Rezepte mit Heuschrecken. Anschließend geht es weiter zu Kaninchen, Lamm, Rind und Geflügel bis zu vegetarischen Köstlichkeiten.

Low Carb: Außergewöhnliche Rezepte

Autorin: Jutta Schütz

Verlag: A.S. Rosengarten-Verlag

Sprache: Deutsch

ISBN-10: 3945015111

ISBN-13: 978-3945015117

Vom Hersteller empfohlenes Alter: Ab 12 Jahren

Größe und/oder Gewicht: 21 x 14 x 1 cm – Euro: 6,50

Buchbeschreibung:

Essen wie aus der Gourmet-Küche, das geht auch mit wenigen Kohlenhydraten. Lassen Sie sich von der Vielfalt der Rezepte anregen und inspirieren und tun Sie Ihrer Gesundheit etwas Gutes. Also warten Sie nicht zu lange und probieren Sie es einfach mal aus. Eine "Kohlenhydratarme Ernährung" korrigiert den gestörten Stoffwechsel und hilft das Übergewicht zu verringern. Der Blutzucker wird durch diese Ernährungsweise stabilisiert. Diese Art der Ernährung entlastet den Körper in vielen Bereichen. Bei einer Reduzierung der Kohlenhydrataufnahme wirkt sich das nicht nur positiv auf den Blutzuckerspiegel aus, sondern auch auf die Bauchspeicheldrüse. Sie schaltet bei der Produktion des Hormons Insulin einen Gang runter, dadurch wird die Gefahr gebannt, z. B. an Diabetes zu erkranken.

Die Phantasie ist eine Eigenschaft, der beim kreativen Kochen eine besondere Bedeutung zukommt.

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

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



- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:25):** <http://www.medkom24.eu/node/20477>

### Links:

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

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