



## Rezepte für Berufstätige mit empfindlichem Bauch

Von *Schuetz*

Erstellt am 20 Mär 2019 - 08:38

Das Kochbuch "Magenfreundliches LOW CARB" enthält 53 kohlenhydratarme, zuckerfreie Rezepte für Berufstätige.

Viele verschiedene Magenprobleme sowie auch Verdauungsprobleme führen zu Sodbrennen, Völlegefühl, Bauchkrämpfe, Blähungen bis hin zu täglichen Durchfällen. Dies kommt oft von einer falschen Ernährungsweise und von zu vielen Kohlenhydraten.

Der kohlenhydratarme Ernährungsstil LOW CARB hat sich nicht nur in der Verdauungsarbeit sehr gut bewährt, auch ein gestörter Stoffwechsel beim Diabetes Typ 2 wird durch die Stabilisation des Blutzuckerspiegels korrigiert.

Dieses Kochbuch liefert Ihnen leckere und unkomplizierte, kohlenhydratarme (Low Carb) Rezepte, mit denen Sie eine gesunde und ausgewogene Mahlzeit auf den Tisch zaubern.

Damit die Ernährungsumstellung auch im Arbeitsalltag locker funktioniert, ist vor allem wichtig, dass sich die Rezepte gut vorbereiten lassen. Auch wer unter Magenprobleme leidet, muss nicht auf leckeres Essen verzichten.

Dies ist das 4. Low Carb Buch in der Reihe für Berufstätige.

Buchdaten:

Magenfreundliches LOW CARB

Rezepte für Berufstätige

Autor: Jutta Schütz

Paperback - 64 Seiten

ISBN-13: 9783749409402

Verlag: Books on Demand

Erscheinungsdatum: 20.02.2019

Sprache: Deutsch - Farbe: Ja

erhältlich als:

BUCH 6,99 € und als E-BOOK 4,99 €

Zirka zehn Prozent der Erwachsenen leiden an Reizdarm. Die Ursachen für diese Krankheit sind noch nicht ganz geklärt. Vermutlich spielen jedoch eine falsche Ernährung, Stress, aber auch Angst und andere psychische Belastungen eine Rolle.

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 "© 2019 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 viele Bücher geschrieben und an vielen anderen Büchern mitgewirkt. Zudem hilft sie als Mentorin und Coach vielen Neuautoren 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@googlemail.com](mailto:info.schuetz09@googlemail.com) [1]

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

[www.die-gruppe-48.net](http://www.die-gruppe-48.net) [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 04:19):** <http://www.medkom24.eu/node/23847>

### Links:

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

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

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