



Sabine Beuke und ihr Buch „Wohltaten für den Darm“

Von *Schuetz*

Erstellt am 13 Apr 2014 - 21:32

Wie entstehen Blähungen? Die im Dickdarm befindlichen Bakterien setzen bei der Verdauung Gase frei. Wer gerne viele Ballaststoffe oder mit zuckerversetzte Lebensmittel zu sich nimmt, leidet besonders an der Gasbildung.

Wer ständig unter Blähungen, Bauchkrämpfen und Durchfällen leidet, kann mit Hilfe einer kohlenhydratarmen Ernährung womöglich seine "Plagen" wieder loswerden. Die Autorin litt selbst jahrelang unter Verdauungsproblemen - die an einen Reizdarm erinnern - und kämpfte mit der Low Carb Ernährung erfolgreich gegen die Beschwerden an. In ihrer heimischen Küche kreierte und hantierte sie mit frischen Zutaten, kocht, probiert und testet alles selbst aus. Dadurch entstehen originelle, und internationale Rezepte, die nicht nur lecker schmecken, sondern auch als darmfreundlich gelten. Der Gaumen darf sich auf deutsche, italienische, griechische, indische, thailändische, chinesische und karibische Low Carb Speisen freuen. Alle Kochanleitungen sind unterteilt nach: Pfannen-, Topf-, Wok- und Auflaufgerichte, Beilagen und Nachspeisen.

Buchdaten:

Wohltaten für den Darm

Autorin: Sabine Beuke

Verlag: A. S. Rosengarten-Verlag

ISBN-13: 978-3945015063

Umschlaggestaltung, Illustration: Dieter Hollender

Über den Verlag:

Der Rosengarten-Verlag wurde im August 2013 gegründet. Die Verlegerin „Angelika Schweizer“ legt großen Wert auf handverlesene Bücher. Es wird gezielt nach Büchern und Autoren gesucht, die Themen aufgreifen, die nicht alltäglich und somit auch nicht überall zu finden sind.

www.rosengarten-verlag.de [1]

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 [2]

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

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@gmail.com [4]

<http://www.jutta-schuetz-autorin.de/> [5]

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

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 08:08): <http://www.medkom24.eu/node/19015>

Links:

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

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

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

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

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