



Scheherazades verträgliche LOW CARB Küche

Von *Schuetz*

Erstellt am 19 Feb 2016 - 09:58

Autorin Beuke kreiert ihre Rezepte alle frei von Hülsenfrüchten, wie Bohnen, Linsen und Kichererbsen. Sie dienen zwar als Grundlage der orientalischen Küche, können aber bei manchen Menschen Verdauungsprobleme verursachen.

Die Kochanleitungen sind nach dem Low Carb Prinzip - kohlenhydratarmer Ernährung - entstanden, mit raffinierten Zutaten gezaubert und der orientalischen Küche angepasst. Ein wahres Feuerwerk für unsere Sinne bietet die große Vielzahl an unterschiedlichen Gewürzen, wie Safran, Cayennepfeffer, Zimt, Kurkuma oder Koriander und sorgt durch die verschiedenen Geschmackrichtungen für große Abwechslung auf dem deutschen Speiseplan.

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 wird die Geschichte von Scheherazade erzählt. Sie basiert auf einer alten persischen Märchensammlung mit dem Namen „Hezâr Afsâna, Tausend Mythen“. Im Anschluss folgen die Rezepte und Infos.

Dieses Kochbuch gehört zu der Buchreihe „Scheherazade“. Idee, Buchcovergestaltung und Satz: © 2014 Autorin „Jutta Schütz“

Buchdaten:

Scheherazades verträgliche LOW CARB Küche

Autorin: Sabine Beuke

Taschenbuch: 56 Seiten - € 3,99

Verlag: Books on Demand; Auflage: 1 (5. Dezember 2014)

Sprache: Deutsch

ISBN-10: 3734737591

ISBN-13: 978-3734737596

Ein weiterer Buchtipp:

LOW-CARB - 555 Rezepte/BEST OF

Autoren: Jutta Schütz, Sabine Beuke

Verlag: Books on Demand

Paperback - 244 Seiten - € 9,99

ISBN 978-3-7386-3677-2

LOW-CARB - 555 Rezepte/BEST OF stand am 21.12.2015 auf Platz 10 in der Bestsellerliste bei Amazon. Das Buch wurde erst im September 2015 von den Autoren veröffentlicht und schon steht es in den TOP TEN.

Beide Autorinnen haben schon mehrere Ratgeber geschrieben und der Erfolg gibt ihnen Recht. Wer sich einem bestimmten Thema widmet, muss stets ein Stück weit über den Tellerrand



hinausschauen.

Die Bücher sind auch als E-Book käuflich auf dem download-Portal von itunes.apple.com, verfügbar, sowie auch auf dem iPhone, iPad oder iPod touch. Überall im Handel erhältlich (auch in den USA, Kanada und Australien).

Ein E-Book steht für ein elektronisches Buch (auch Digitalbuch genannt). Dieses „electronic book“ bezeichnet Bücher in digitaler Form, die auf E-Book-Readern oder mit spezieller Software auf dem Personal Computer, Tablet-Computern oder Smartphones gelesen werden kann.

Kurz gesagt, ist ein E-Book eine elektronische Form des Buches, meist in den Dateiformaten ePub, PDF oder TXT.

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 „© 2016 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 über 40 Bücher geschrieben und an vielen anderen Büchern mitgewirkt. Zudem hilft sie als Mentorin und Coach vielen Neuaufstieg 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

D-33611 Bielefeld

info.schuetz09@googlemail.com [1]

www.jutta-schuetz-autorin.de/ [2]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 06:42): <http://www.medkom24.eu/node/21151>

Links:

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

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