



## Schlankmacher Amara – Bitter macht satt, schlank und schön

Von *PR-Info*

Erstellt am 27 Apr 2017 - 06:22

Essen ist Geschmackssache. Süßes, Saures und Salziges mögen alle, aber eine Geschmacksrichtung haben wir vom Speisenplan verbannt: Bitteres. Die Folge: Wir leiden immer öfter an Verdauungsstörungen, Erschöpfung und Immunschwäche und werden zusehends dicker und träger.

**Bitterstoffe contra Wohlstandsbauch**

Bei unseren Vorfahren stand eine natürliche Ernährung mit frischen Gemüsen, Salaten, Wurzeln und Kräutern hoch im Kurs. Die Bitterstoffe in der Naturnahrung machen schneller satt, wodurch man automatisch kleinere Portionen verzehrt. Das war mit ein Grund dafür, weshalb unsere Vorfahren fitter, agiler und schlanker waren als wir heute mit unserer Wohlstandsernährung.

**Fett weg an Bauch, Hüfte und Po**

Gesunde Lebensmittel wie Schwarzwurzeln, Chicorée, Löwenzahn, Artischocken, Ingwer, Grapefruit oder Radicchio enthalten viele Bitterstoffe. Diese Bitterstoffe regen die Bildung von Verdauungssäften an und fördern damit den Fettabbau, indem sie das Fett aus der Nahrung direkt zur Fettverbrennung leiten, so dass es nicht erst an Bauch, Hüfte und Po eingelagert werden kann. Zusätzlich regen diese Bitterstoffe die Basenbildung im Körper an und sorgen somit für eine sanfte Entsäuerung. Dadurch wird der Organismus entschlackt, Giftstoffe werden abgebaut. Wer also gesund entschlacken, entgiften, abnehmen und gleichzeitig seiner Haut und Figur Gutes tun möchte, sollte täglich genügend Lebensmittel mit reichlich Bitterstoffen bei der Ernährung einplanen. Wie man mit Bittertropfen ganz einfach abnehmen kann, das erklärt die BoD-Bestseller-Autorin Vanessa Halen in ihrem aktuellen Ratgeber **SCHLANK?MIXER**.

Weitere Informationen zum Buch **SCHLANK MIXER**, kostenlose Leseproben und Gratis eBooks, außergewöhnliche Tipps und Rezepte rund um die Themen Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden stellt die Autorin Vanessa Halen auf ihrer Homepage zur Verfügung:

<http://www.wellness-infoseite.de> [1]

**SCHLANK MIXER: Smoothie war gestern – Slimmie ist jetzt angesagt**

Der neue Ratgeber von BoD-Bestseller-Autorin Vanessa Halen

ISBN 978-3-7412-2820-9

96 Seiten – 11,95 Euro

Verlag:

Books on Demand

In de Tarpen 42

22848 Norderstedt

Telefon: 040-534335-0

Rezensionsexemplar: [presse@bod.de](mailto:presse@bod.de) [2]

Kontakt und Presseanfragen: [vanessa.halen@web.de](mailto:vanessa.halen@web.de) [3]



Vanessa Halen ist passionierte Expertin in Sachen Gesundheit, Schönheit und Wellness. In den vergangenen 30 Jahren lernte sie zahlreiche Heilmethoden aus der Medizin und Naturheilkunde kennen. In ihren Ratgebern erklärt sie die besten und erfolgreichsten Methoden, die sie persönlich ausführlich getestet und für besonders wirksam befunden hat. Ihre aktuellen Bücher:

Ein neues Leben (ISBN 3-89811-731-6)

BioAging (ISBN 3-8311-4572-5)

Die neuen Schlank-Pusher (ISBN 3-8334-1473-1)

CyberBeauty (ISBN 3-8334-5295-1)

Die neuen Schönmacher (ISBN 978-3-8370-5406-4)

Die Jungmacher (ISBN 978-3-8391-8644-2)

Vorsicht, Arzt! (ISBN 978-3-8448-1910-6)

Die Oxy Wunder Medizin (ISBN 978-3-7357-7809-3)

Die total verrückte Entführung in das Jahr 2256 (ISBN 978-3-7386-2591-2)

Schlank Mixer (ISBN 978-3-7412-2820-9)

Gesundheit, Schönheit, Medizin, Ratgeber, Schönmacher, Schlank-Pusher, BioAging, Jungmacher, Oxy-Medizin, Hochfrequenz, Therapie, Schlank Mixer, Smoothies, Slimmies, Anti-Aging, Falten, Haarausfall, Glatze, Wechseljahre, Potenz, Ernährung, Übergewicht, abnehmen, schlank, Diät, Rezepte, Lifting, Cellulite, Altersflecken, Hautstraffung

Filename/Title

Größe

[SchlankMixerCover\\_M.jpg](#) [4]

141.93 KB

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 05:36):** <http://www.medkom24.eu/node/22288>

#### **Links:**

[1] <http://www.wellness-infoseite.de>

[2] <mailto:presse@bod.de>

[3] <mailto:vanessa.halen@web.de>

[4] [http://www.medcom24.de/files/active/18/SchlankMixerCover\\_M.jpg](http://www.medcom24.de/files/active/18/SchlankMixerCover_M.jpg)