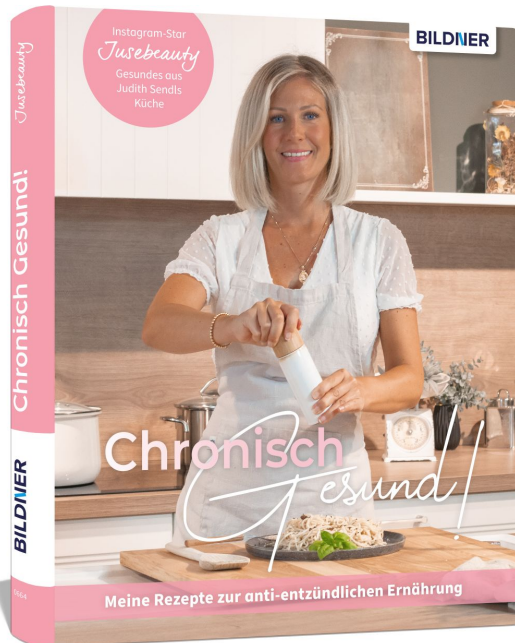


Firmenbezeichnung
Vorname, Name
Straße, Hausnummer, Zusatz
PLZ, Ort
Telefon
E-Mail
Bemerkung

Bestellzeichen
Lieferweg: ☐ Paketdienst (zzgl. Versandkosten)
oder für Buchhandel ☐ KNV-Bücherwagen ☐ Umbreit-Bücherwagen ☐ BOOXpress
Datum, Unterschrift

BILDNER Verlag GmbH
Bahnhofstraße 8
D-94032 Passau
Tel.: +49 (0) 851 6700
Fax: +49 (0) 851 6624
E-Mail: info@bildner-verlag.de
www.bildner-verlag.de



Chronisch Gesund - Meine Rezepte zur anti-entzündlichen Ernährung

Artikel-Nr.: 100664

Format: 190 x 240 mm | Hardcover

Seitenanzahl: 174 Seiten

Preis: 22,00 € [D] / 22,60 € [AT]

Stück



Gesundes aus Judith Sendls Küche. Das Kochbuch des Instagram-Stars Jusebeauty mit 60 Rezepten von herzhaft bis süß

Wusstest du, dass Kokosblütenzucker, Agavendicksaft, Ahornsirup u. v. m. sich nicht wesentlich von unserem Haushaltszucker unterscheiden und genauso ungesund sind? Dass Schweinefleisch, Milchprodukte und vor allem Weizen Entzündungen im Körper verursachen und verschlimmern können? Volkskrankheiten wie Diabetes, Bluthochdruck und Herzkrankheiten sind seit den 80ern auf dem Vormarsch – du fragst dich warum? In diesem Kochbuch findest du nicht nur gesunde Rezepte, die du ganz praktisch in deinen Alltag integrieren kannst, sondern auch Antworten, warum diese Krankheiten überhaupt entstehen und sich rasant vermehren. Finde auch heraus, wie du dich langfristig dagegen wappnen kannst - und das ganz ohne Verzicht und großen Aufwand. Kochen und essen sollen vor allem Spaß machen und ich zeige dir, dass sich gesunde Ernährung und Schlemmen nicht ausschließen. Mit ganz einfachen Tipps & Tricks zauberst du jeden Tag ausgewogene Mahlzeiten, die deiner Seele und deinem Körper guttun!