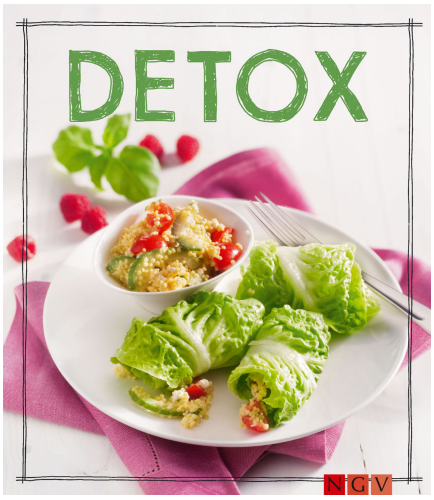
Detox - Das Rezeptbuch

Mit Genuss entgiften - Kommen Sie mit sich ins Reine!



- AusfÃ¼hrliche Einleitung mit dem notwendigen theoretischen RÃ¼stzeug und allen wichtigen Informationen rund ums Trendthema Detox
- 55 kÃ¶stliche, entschlackende Rezepte fÃ¼r FrÃ¼hstÃ¼ck, Mittagessen, Nachmittagssnacks, Abendessen und GetrÃ¤nke
- Alle Rezepte mit Beschreibung der gesundheitsfÃ¶rdernden Wirkung
- Inklusive Beispiel-Detox-Plan fÃ¼r eine einwÃ¶chige Detox-Kur
- AusfÃ¼hrliche Einleitung mit dem notwendigen theoretischen RÃ¼stzeug und allen wichtigen Informationen rund ums Trendthema Detox
- 55 kÃ¶stliche, entschlackende Rezepte fÃ¼r FrÃ¼hstÃ¼ck, Mittagessen, Nachmittagssnacks, Abendessen und GetrÃ¤nke
- Alle Rezepte mit Beschreibung der gesundheitsfÃ¶rdernden Wirkung
- Inklusive Beispiel-Detox-Plan fÃ¼r eine einwÃ¶chige Detox-Kur

Detox ist in aller Munde. Kein Wunder: Die natÃ¼rliche Entschlackungs- und Entgiftungskur ist ein wahres VerwÃ¶hnprogramm fÃ¼r KÃ¶rper und Seele! Mit Detox bringen Sie Ihren Stoffwechsel in Schwung, versorgen den KÃ¶rper mit wertvollen NÃ¤hrstoffen und unterstÃ¼tzen ihn genussvoll bei seiner tÃ¤glichen Entgiftungsarbeit. Das sanfte Detox-Programm in diesem eBook sieht eine ErnÃ¤hrung mit vollwertigen Mahlzeiten mit vielen Vitalstoffen und Superfoods vor.

Das Programm kÃ¶nnen Sie als Einstieg nutzen, um Ihrem KÃ¶rper ein Wochenende oder eine Woche lang etwas Gutes zu tun und zu entgiften. Wenn

es Ihnen gefÃ¤llt, kÃ¶nnen Sie Ihre ErnÃ¤hrung auf dieser Grundlage aber auch bedenkenlos dauerhaft umstellen. Egal, fÃ¼r was Sie sich entscheiden: Detoxen tut einfach gut - und mit unseren alltagstauglichen, kÃ¶stlichen Rezepten ist die Anwendung kinderleicht und Ã¼berraschend kÃ¶stlich!

Autoreninfo:
Die Autorin Marie GrÃ¼ndel studierte ErnÃ¤hrungswissenschaften an der Justus-Liebig-UniversitÃ¤t GieÃŸen. AnschlieÃŸend arbeitete sie mehrere Jahre in einem fÃ¼hrenden deutschen Ratgeberverlag. Heute ist sie als Fachjournalistin fÃ¼r Gesundheits- und Genussthemen tÃ¤tig.

Zielgruppe:
Alle, die gesudn Leben wollen

Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH

128 Seiten, Format EPUB
ISBN: 978-3-8155-7608-3
3,99 EURO