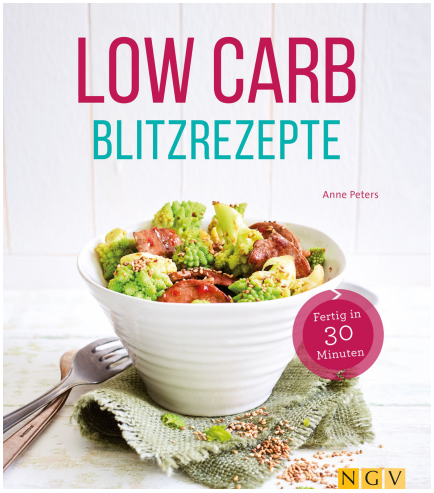
Anne Peters

Low Carb Blitzrezepte

Schnell macht schlank



- Alle Gerichte mit einer Zubereitungszeit von maximal 30 Minuten
- Einfache Zubereitung, alltagstauglich und besonders fÃ¼r BerufstÃ¤tige geeignet, die nach der Arbeit eine gesunde Mahlzeit essen mÃ¶chten
- Ãœber 45 schnelle Rezepte, die satt machen und beim Abnehmen helfen

Keine Zeit und trotzdem abnehmen? Das ist ab jetzt kein Gegensatz mehr! Mit unseren leckeren Low-Carb-Rezepten stehen Sie nicht lÃ¤nger als 30 Minuten in der KÃ¼che. So wird Abnehmen zum Kinderspiel. Alle Rezepte in diesem Kochbuch sind auf mÃ¶glichst wenig Kohlenhydrate ausgerichtet. So kÃ¶nnen Sie auch nach Feierabend noch ein schnelles, leckeres Gericht genieÃŸen und dabei spielend Ã¼berflÃ¼ssige Pfunde verlieren. Mini-Zucchini-Pizzen, frische Kohlrabisuppe mit Feta, scharfes HÃ¼hnchen mit Asiasalat, Lachs mit FrÃ¼hlingsgemÃ¼se und Quark-Gnocchi mit Tomatensauce sind nur einige der kÃ¶stlichen Ideen, bei denen Sie reuelos schlemmen kÃ¶nnen. Schnelle KÃ¼che muss nicht aus der Packung kommen. Unsere Rezepte bieten viele gesunde Zutaten wie GemÃ¼se, eiweiÃŸreiche Fleisch- und Fischsorten, NÃ¼sse und HÃ¼lsenfrÃ¼chte, die eine ausgewogene ErnÃ¤hrung garantieren und den Abnehmerfolg bei Low Carb garantieren. So kÃ¶nnen Sie sich stressfrei satt essen, ohne Kalorien zu zÃ¤hlen. GenieÃŸen Sie den Erfolg!

Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH

112 Seiten, Format EPUB
ISBN: 978-3-8155-5464-7
3,99 EURO