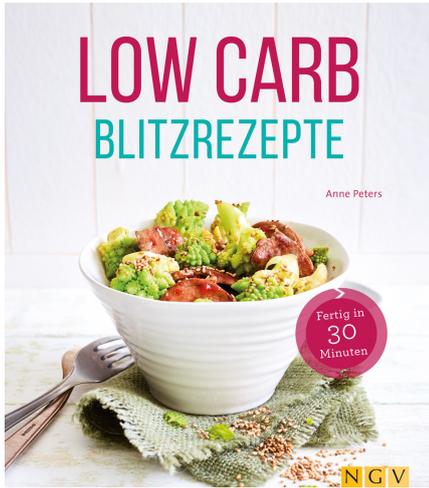


# Low Carb Blitzrezepte

## Schnell macht schlank



- Alle Gerichte mit einer Zubereitungszeit von maximal 30 Minuten
- Einfache Zubereitung, alltagstauglich und besonders für Berufstätige geeignet, die nach der Arbeit eine gesunde Mahlzeit essen möchten
- Über 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 länger als 30 Minuten in der Küche. So wird Abnehmen zum Kinderspiel. Alle Rezepte in diesem Kochbuch sind auf möglichst wenig Kohlenhydrate ausgerichtet. So können Sie auch nach Feierabend noch ein schnelles, leckeres Gericht genießen und dabei spielend überflüssige Pfunde verlieren. Mini-Zucchini-Pizzen, frische Kohlrabisuppe mit Feta, scharfes Hühnchen mit Asiasalat, Lachs mit Frühlingsgemüse und Quark-Gnocchi mit Tomatensauce sind nur einige der köstlichen Ideen, bei denen Sie reuelos schlemmen können. Schnelle Küche muss nicht aus der Packung kommen. Unsere Rezepte bieten viele gesunde Zutaten wie Gemüse, eiweißreiche Fleisch- und Fischarten, Nüsse und Hülsenfrüchte, die eine ausgewogene Ernährung garantieren und den Abnehmerfolg bei Low Carb garantieren. So können Sie sich stressfrei satt essen, ohne Kalorien zu zählen. Genießen Sie den Erfolg!

Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH

---

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