
365 Zuckerfrei-Rezepte

365 Gerichte ohne Haushaltszucker

Bye-bye Zucker



- Zuckerfrei kochen und genießen: 365 köstliche Gerichte ohne Haushaltszucker
- Von süß bis herzhaft: Desserts, Kuchen, Getränke, Frühstück, Salate, Suppen, Snacks & Hauptgerichte
- Super fürs Abnehmen und die Gesundheit: moderne, frische Rezepte für Genuss ohne Reue
- Gewusst wie: viele praktische Tipps für ein zuckerarmes Leben

Süß, aber gesund? Das geht! Egal ob Kuchen, Plätzchen, Nachtisch, Getränke, Salate, Suppen, Snacks, Sattmachergerichte oder Frühstücksideen - unsere 365 leckeren Gerichte kommen ganz ohne Haushaltszucker aus, strotzen dafür aber umso mehr vor Geschmack und wertvollen Inhaltsstoffen. Dank Agavendicksaft, Kokosblütenzucker, Trockenfrüchten & Co. bleibt das Leben süß, wird aber um ein Vielfaches gesünder.

Die ausführliche Einleitung mit vielen praktischen Tipps enthält viel Wissenswertes rund ums Thema Zucker und unterstützt beim Einstieg in die Zuckerfrei-Challenge und beim dauerhaften Durchhalten. So bekommt garantiert jeder seinen Zuckerkonsum in den Griff - super für Figur und Wohlbefinden!

Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH
gebunden
300 Seiten, Format 19 x 24,5 cm
ISBN: 978-3-625-19104-9
Erscheint: Januar 2022
14,99 EURO