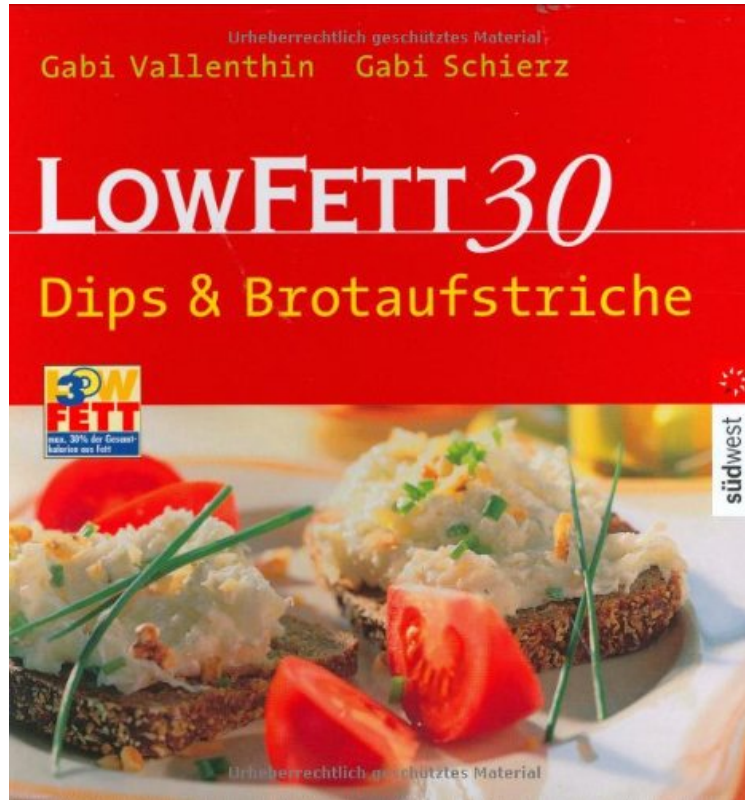


(Free read ebook) Low Fett 30 - Dips Brotaufstriche

Low Fett 30 - Dips Brotaufstriche

Von Gabi Schierz, Gabi Vallenthin

*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #816081 in BcherVerffentlicht am: 2005Einband: Taschenbuch64 Seiten
| File size: 52.Mb

Von Gabi Schierz, Gabi Vallenthin : Low Fett 30 - Dips Brotaufstriche before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Low Fett 30 - Dips Brotaufstriche:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen16 von 21 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Klasse!Von Ein KundeNachdem ich 12 kg problemlos abgenommen habe und das überhaupt nicht belastend empfand, frage ich mich, wieso ich nicht schon frher darauf kam, wieviel Fett man bei der Nahrungszubereitung einsparen kann. Der Grund ist wohl, dass ich nicht wusste, wie lecker es schmecken kann, sich fettarm zu ernhren. Das lernt man mit den Bchern der beiden Autorinnen. Ganz automatisch entscheidet man sich dann dafr, die gesamte Ernhrung umzustellen. Auch im probematischen "Mittelalter" ist es mglich, seine Traumfigur zu erreichen. Man muss nicht den fertigen Salat aus der Supermarkttheke kaufen. Es tut auch das kalte Putenragout, das man mit gutem Gewissen in Hlle und Flle auf das Brot trmen kann und am nchsten Morgen trotzdem Gewichtsabnahme auf der Waage verzeichnet.Die Autorinnen haben fr ihre Bcher einen Orden verdient!0 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. GutVon benzmannBei Bchern ist das wie mit der Musik, jeder hat einen anderen Geschmack, ich finde es gut und wrde es wieder kaufen.

Produktbeschreibung2005 Broschur 64 S. Fast quadratisch, verstrkter farb. Broschur, duchgehend Farbfotos und Rezepte. Wohl ungelesen, sehr guter Zustand (leichte Lagerspuren).

ber den Autor und weitere MitwirkendeGabi Schierz ist Diplom-kotrophologin und arbeitete in der Ernährungsindustrie als Produktmanagerin. berzeugt vom LOW FETT 30-Prinzip, findet sie immer wieder neue, wunderbare Rezeptideen. Gabi Vallenthin ist die eigentliche Initiatorin der LOW FETT 30-Kampagne. Als Sugling schon bergewichtig, hat sie im Laufe ihres Lebens nahezu alle Diten kennen gelernt. Mit dem Ergebnis, anschlieend immer wieder zuzunehmen. Mit der Fett-Formel von LOW FETT 30 gelang es ihr, dem Teufelskreis zu entrinnen.