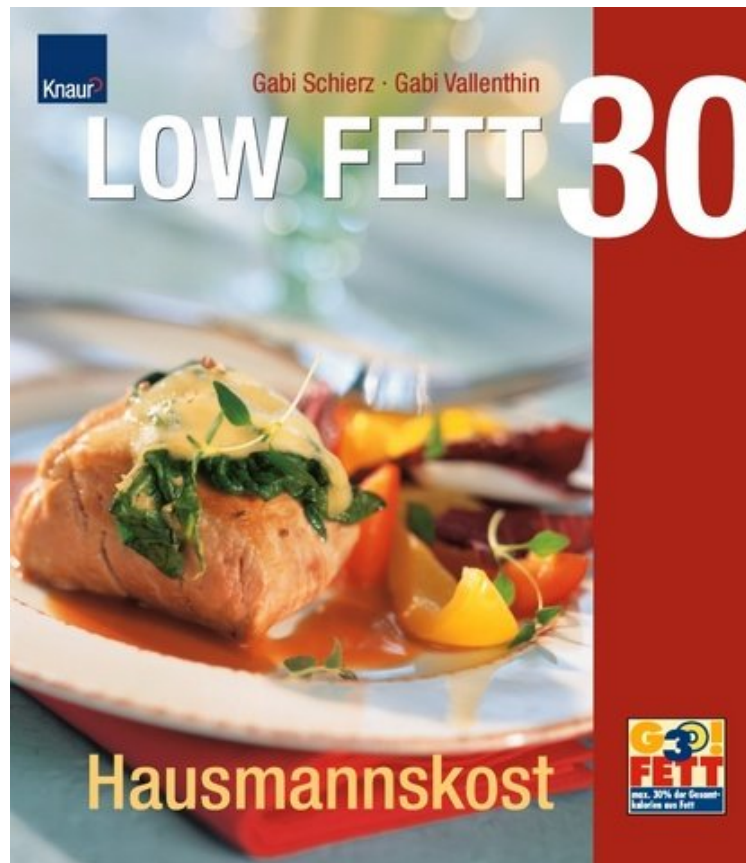


(Read and download) LOW FETT 30 Hausmannskost

## LOW FETT 30 Hausmannskost

Von Gabi Schierz, Gabi Vallenthin  
ebooks | Download PDF | \*ePub | DOC | audiobook



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #169878 in BcherVerffentlicht am: 2004-07-22Einband: Gebundene Ausgabe96 Seiten | File size: 47.Mb

**Von Gabi Schierz, Gabi Vallenthin : LOW FETT 30 Hausmannskost** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised LOW FETT 30 Hausmannskost:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen37 von 38 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Magere Zeiten echt lecker!Von Die DeineNa, endlich. Rechtzeitig zu den herbstlichen Tagen kommt aus der Low Fett 30 Reihe ein Kochbuch, auf das besonders die Mnner (und die Partnerinnen derselben) lange gewartet haben. Hausmannskost muss nicht fetttriefend, sondern einfach nur lecker sein. Mit ihrem neuesten Werk berzeugen die beiden Autorinnen auch den letzten von einer sinnvollen Ernährungsumstellung, die behaupt nicht nach Dit schmeckt. Dass alle Gerichte getestet sind, kann man ebenfalls merken. Sie sind leicht nach zu kochen und auch fr ungebte leicht zu verstehen. Da macht Kochen und Essen gleichermaen Spa. Besonders empfehle ich die Rindswrfel in Holundersauce. Die kochen sich zum Beispiel von allein, nebenbei im Ofen und sind auch schon fr Gste ein Ah-Erlebnis gewesen.14 von 14 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Abgespeckte Hausmannskost!Von Ein KundeBekannte und weniger bekannte Gerichte der Hausmannskche wurden fett- und kalorienmig abgespeckt und sind nach wie vor sehr lecker: Von Knigsberger Klopsen ber Sauerbraten bis Kirschaufauf. Da macht das Nachkochen und Genieen Spa - und unterstzt das Abnehmen.13 von 14 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.

Langersehnte Hausmannskost Von Tanja Coors Dieses Buch zeigt leckere, deftige Gerichte, die man ohne viel Aufwand nachzaubern kann. Man merkt, dass die Rezepte vorher ausprobiert worden sind. Einfach nur lecker!!!  
Probiert selber!!!

Kurzbeschreibung Deftig essen und kalorienbewusst bleiben - mit diesen LOW FETT 30-Gerichten ist das kein Problem. Wer gerne Braten und Schnitzel isst und die Küche wie bei Müttern schätzt, findet hier 80 köstliche Rezepte. Alle halten sich an die goldene Regel: maximal 30 Prozent der Gesamtkalorien aus Fett.