



Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin

Kirsten Metternich

Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin Kirsten Metternich

Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin

Broschiertes Buch

Diät war gestern - heute ist Genuss!

Auf die knusprige Pizza, die cremige Nachspeise oder den Sonntagskuchen verzichten? Überhaupt nicht nötig! Bei zu hohen Blutzuckerwerten helfen schon ein paar einfache Regeln beim Essen und Trinken. Wie Sie diese mühelos umsetzen, zeigt Ihnen dieses Koch- und Backbuch.

Abwechslung auf den Tisch: Von schneller Kleinigkeit für zwischendurch bis hin zu tollen Verwöhngerichten, Kuchen und Gebäck - diese Rezepte schmecken auch Ihrer Familie und Ihren Gästen. Natürlich finden Sie bei allen Rezepten die BE-Angaben und andere für Sie wichtige Nährwerte sowie Zubereitungszeiten - so klappt das Kochen auch im stressigen Alltag.

Küchenpraxis: Mit einfachen Kochtricks die Kalorien im Essen reduzieren, die besten Tipps fürs Fettsparen, tolle Grundrezepte, die Sie einfach variieren können - so wird das Kochen kinderleicht.

Basis-Wissen Diabetes: So finden Sie sich mit Ihrer Erkrankung zurecht. Und erfahren, worauf es beim Essen und Trinken jetzt ankommt.

Sofort zugreifen: In der übersichtlichen BE-Tabelle sehen Sie sofort, bei welchen Lebensmitteln Sie ohne Probleme zugreifen können.

Viel Spaß beim Kochen und: guten Appetit!

 [Download Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: K ...pdf](#)

 [Online lesen Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin Kirsten Metternich

144 Seiten

Kurzbeschreibung

Diät war gestern - heute ist Genuss!

Auf die knusprige Pizza, die cremige Nachspeise oder den Sonntagskuchen verzichten? Überhaupt nicht nötig! Bei zu hohen Blutzuckerwerten helfen schon ein paar einfache Regeln beim Essen und Trinken. Wie Sie diese mühelos umsetzen, zeigt Ihnen dieses Koch- und Backbuch.

Abwechslung auf den Tisch: Von schneller Kleinigkeit für zwischendurch bis hin zu tollen Verwöhngerichten, Kuchen und Gebäck - diese Rezepte schmecken auch Ihrer Familie und Ihren Gästen. Natürlich finden Sie bei allen Rezepten die BE-Angaben und andere für Sie wichtige Nährwerte sowie Zubereitungszeiten - so klappt das Kochen auch im stressigen Alltag.

Küchenpraxis: Mit einfachen Kochtricks die Kalorien im Essen reduzieren, die besten Tipps fürs Fettsparen, tolle Grundrezepte, die Sie einfach variieren können - so wird das Kochen kinderleicht.

Basis-Wissen Diabetes: So finden Sie sich mit Ihrer Erkrankung zurecht. Und erfahren, worauf es beim Essen und Trinken jetzt ankommt.

Sofort zugreifen: In der übersichtlichen BE-Tabelle sehen Sie sofort, bei welchen Lebensmitteln Sie ohne Probleme zugreifen können.

Viel Spaß beim Kochen und: guten Appetit! Klappentext

Diät war gestern - heute ist Genuss!

Auf die knusprige Pizza, die cremige Nachspeise oder den Sonntagskuchen verzichten? Überhaupt nicht nötig! Bei zu hohen Blutzuckerwerten helfen schon ein paar einfache Regeln beim Essen und Trinken. Wie Sie diese mühelos umsetzen, zeigt Ihnen dieses Koch- und Backbuch.

Abwechslung auf den Tisch: Von schneller Kleinigkeit für zwischendurch bis hin zu tollen Verwöhngerichten, Kuchen und Gebäck - diese Rezepte schmecken auch Ihrer Familie und Ihren Gästen. Natürlich finden Sie bei allen Rezepten die BE-Angaben und andere für Sie wichtige Nährwerte sowie Zubereitungszeiten - so klappt das Kochen auch im stressigen Alltag.

Küchenpraxis: Mit einfachen Kochtricks die Kalorien im Essen reduzieren, die besten Tipps fürs Fettsparen, tolle Grundrezepte, die Sie einfach variieren können - so wird das Kochen kinderleicht.

Basis-Wissen Diabetes: So finden Sie sich mit Ihrer Erkrankung zurecht. Und erfahren, worauf es beim Essen und Trinken jetzt ankommt.

Sofort zugreifen: In der übersichtlichen BE-Tabelle sehen Sie sofort, bei welchen Lebensmitteln Sie ohne Probleme zugreifen können.

Viel Spaß beim Kochen und: guten Appetit! Über den Autor und weitere Mitwirkende

Kirsten Metternich hat nach ihrer Ausbildung zur staatlich geprüften Diätassistentin über zehn Jahre in verschiedenen Kurkliniken Erwachsene und Kinder zu allen Fragen rund um das Thema Essen und Trinken bei Diabetes betreut und beraten. Sie bildete sich unter anderem bei der Deutschen Gesellschaft für Ernährung weiter. Download and Read Online Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin Kirsten Metternich #YRQO6H8W7KP

Lesen Sie Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin von Kirsten Metternich für online ebook
Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin von Kirsten Metternich Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen
Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin von Kirsten Metternich Bücher online zu lesen.
Online Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin von Kirsten Metternich ebook PDF herunterladen
Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin von Kirsten Metternich Doc
Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin von Kirsten Metternich Mobipocket
Köstlich essen bei Diabetes: Über 140 Rezepte: Kein Problem mit Zucker und Cholesterin von Kirsten Metternich EPub