



## Berufstätige lieben LOW CARB

Von *Schuetz*

Erstellt am 4 Mai 2017 - 08:18

Auch für Berufstätige gibt es pfiffige Low Carb Rezepte (Kohlenhydratarme Küche). Sie lassen sich vielseitig kombinieren und man kann sie auch einfrieren oder aufwärmen.

Für Berufstätige gibt es in diesem Kochbuch schnelle Rezepte zu entdecken.

Ein kluges Zeitmanagement und die richtige Lebensmittelauswahl machen es möglich, in einer Low Carb Ernährung für Berufstätige und Zuhause ruck zuck schmackhafte Mahlzeiten zuzubereiten. Selbst kochen und Zeit sparen erfordert eine gute Planung. Die dreifache Menge an einem Tag gekocht, ergibt eine Mahlzeit für den nächsten Abend, für die Arbeit und zum Einfrieren. „Selbst kochen“ muss nicht kompliziert sein. Mit den richtigen Rezepten macht das Kochen Spaß und in diesem Koch/Back-Buch kommen auch Vegetarier nicht zu kurz.

- **LOW CARB Zum Feierabend**

Fortsetzung von Low Carb: Für Berufstätige

Autorin: Jutta Schütz

Verlag: Books on Demand

ISBN-10: 3734754755 und ISBN-13: 978-3734754753

Taschenbuch: 56 Seiten - Sprache: Deutsch - € 3,99

Weitere Buchtipps:

- **Low Carb**

Für Berufstätige, für unterwegs oder für ein Picknick

Autorin: Jutta Schütz

Verlag: Books on Demand

ISBN-10: 3732243281 und ISBN-13: 978-3732243280

Taschenbuch: 56 Seiten - Sprache: Deutsch - € 3,90

- **Low-Carb: 555 Rezepte/Best Of**

Autoren: Sabine Beuke & Jutta Schütz

Verlag: Books on Demand

ISBN-10: 3738636773 und ISBN-13: 978-3738636772

Taschenbuch: 244 Seiten - Sprache: Deutsch – € 9,99 (Kindle: € 7,99)

Diese Presse darf ausschließlich zu informativen, persönlichen und NICHT-kommerziellen Zwecken verwendet werden. Sie dürfen diese Presse ansehen, drucken, kopieren und weitergeben unter folgenden Bedingungen: Die Presse darf nur verwendet werden für den persönlichen, nicht kommerziellen Gebrauch. Die Presse muss bei einer Kopie oder bei einem Teilausschnitt alle rechtlichen Informationen wie das Originaldokument sowie auch das Copyright-Recht „© 2017 Jutta Schütz“ enthalten. Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.



### Firmeninformation:

Jutta Schütz schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Die Autorin hat bis heute über 75 Bücher geschrieben und an vielen anderen Büchern mitgewirkt. Zudem hilft sie als Mentorin und Coach Neuautoren bei der Veröffentlichung ihrer Bücher. Als Journalistin schreibt Schütz für Verlage und Zeitungen. Ihre Themen sind: Gesundheit, Psychologie, Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man in den Verlagen, auf ihrer Webseite - sowie im Kultur-Netzwerk.

### Pressekontakt:

Jutta Schütz

Achenkamp 0

D-33611 Bielefeld

[info.schuetz09@gmail.com](mailto:info.schuetz09@gmail.com) [1]

[www.jutta-schuetz-autorin.de/](http://www.jutta-schuetz-autorin.de/) [2]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 30 Dez 2020 - 23:58):** <http://medkom24.eu/node/22309>

### Links:

[1] <mailto:info.schuetz09@gmail.com>

[2] <http://www.jutta-schuetz-autorin.de/>