



Kohlenhydratarme Büro-Snacks

Von *Schuetz*

Erstellt am 7 Jun 2017 - 05:55

Low Carb Büro-Snacks

Wenn es um unsere Gesundheit, Wohlbefinden und die Leistung im Alltag geht, ist es wichtig, dass wir uns gesund ernähren. Dieses Buch liefert Ihnen 20 leckere und einfache Low Carb Rezepte (mit KH- und Zeit-Angaben), mit denen Sie eine gesunde und ausgewogene Mahlzeit auf den Tisch zaubern.

Damit die Ernährungsumstellung auf die kohlenhydratarme Ernährung (Low Carb) auch im Arbeitsalltag locker funktioniert, ist vor allem wichtig, dass sich die Low Carb Rezepte gut vorbereiten lassen.

Bei diesen Low Carb Rezepten purzeln die Pfunde auf die entspannte Art und alle Gerichte sind auch ruck zuck zubereitet.

Eine kohlenhydratarme Ernährung (Low Carb) korrigiert den gestörten Stoffwechsel und hilft das Übergewicht zu verringern. Der Blutzucker wird durch diese Ernährungsweise stabilisiert und entlastet den Körper in vielen Bereichen.

- Low Carb Büro-Snacks: Die kohlenhydratarme Küche

Teil 3 für Berufstätige

Autor: Jutta Schütz

Verlag: Books on Demand (10. Mai 2017)

Taschenbuch: 48 Seiten, Sprache: Deutsch, EUR 3,99

ISBN-10: 3744818543 und ISBN-13: 978-3744818544

E-Book: ISBN 9783744824910

Größe und/oder Gewicht: 14,8 x 0,3 x 21 cm

Jutta Schütz wurde in Lebach (Saarland) geboren.

Mit ihrem ersten Bestseller "Plötzlich Diabetes" (2008) gilt die Autorin bei Kritikern als Querdenkerin. 2010 startete sie mit ihren Gesundheitsbüchern ihr Pilotprojekt in Bruchsal und später bei der VHS in Wolfsburg. Schütz schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Sie hat bis heute über 75 Bücher geschrieben und an vielen anderen Büchern mitgewirkt. Zudem hilft sie als Mentorin und Coach vielen Neuautoren bei der Veröffentlichung ihrer Bücher.

Als Journalistin schreibt sie für viele 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.

Mehr Infos finden Sie auf der Webseite der Autorin:

www.jutta-schuetz-autorin.de [1]

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 und ist in der "Die Gruppe 48 (Deutschsprachige Schriftsteller und Literaturkenner)" Mitglied und Funktionsträger. 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 [2]

www.jutta-schuetz-autorin.de/ [3]

www.die-gruppe-48.net [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 30 Dez 2020 - 23:57): <http://medkom24.eu/node/22388>

Links:

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

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

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

[4] <http://www.die-gruppe-48.net>