



Low Carb Sweet & Hot (Diabetiker geeignet)

Von *Schuetz*

Erstellt am 8 Dez 2013 - 11:43

Scharfe Rezepte machen glücklich...

denn Chili und Paprika enthalten Capsaicin. Dadurch werden unsere Wärmerezeptoren aktiviert und die Durchblutung des Gewebes wird angekurbelt.

Capsaicin ist der scharfe Stoff aus Cayenne Pfeffer. Diese Schärfe schmeckt nicht nur, sie ist auch gesund und reizt die Nervenenden, die wir als Brennen empfinden.

Unser Gehirn empfängt ein Schmerzsignal und es werden Endorphine ausgeschüttet. Der Pfeffer sorgt mit dem enthaltenen Piperin für einen ähnlichen Effekt. Chili, Pfeffer und andere scharfe Gewürze verschaffen uns also eine Portion Glückshormone und haben damit eine entspannende Wirkung auf unseren Körper. Süßigkeiten gelten allerdings nach wie vor als ungesund. Doch Ernährungsexperten verdammen die Leckereien nicht, wenn man den Zuckergehalt mächtig einschränkt.

Die Devise heißt vielmehr: Low Carb gerechte, himmlische Rezepte.

Buchdaten:

Low Carb Sweet & Hot

Autorin: Jutta Schütz - Verlag: A.S. Rosengarten-Verlag

ISBN-10: 398161657X und ISBN-13: 9783981616576 Umschlaggestaltung, Illustration: Dieter Hollender

Der Rosengarten-Verlag stellt sich vor:

Der Verlag wurde im August 2013 gegründet.

Die Verlegerin „Angelika Schweizer“ schreibt auf der Webseite:

„Es ist klar, dass wir zum jetzigen Zeitpunkt noch ein kleiner Verlag mit einer überschaubaren Anzahl an Büchern sind. Wir haben auch gar nicht das Ziel allzu groß zu werden, denn schnelles Wachstum und viele Veröffentlichungen in schneller Folge passen nicht zu unserer Philosophie.

Wir haben uns zur Aufgabe gemacht aus der Flut jährlicher Manuskripte besondere Bücher mit besonderen Themen herauszupicken. Dazu gehören Biographien, Ratgeber, Naturbücher, Reiseberichte oder auch ungewöhnliche Belletristik.

Alle uns anvertrauten Werke werden wir sorgfältig lekturieren, liebevoll aufbereiten und in der jeweils passenden Ausstattung heraus bringen. Wir suchen gezielt nach Büchern, die Themen aufgreifen, die nicht alltäglich sind und die man deshalb auch nicht überall findet.

Wenn wir das Gefühl haben, dass ein Buch das Leben unserer Leser bereichern könnte, wenn damit Denkanstöße vermittelt werden oder über neue Ideen nachgedacht wird, dann sind wir auf dem richtigen Weg. Inhalte, die man überall antrifft, werden Sie bei uns nicht finden.

Lernen Sie uns kennen!

Gerne beantworten wir Ihre Fragen – ob Autor oder Leser – wenn Sie sich für den Rosengarten-Verlag interessieren, informieren wir Sie gerne ausführlicher.

Kontakt:

Rosengarten-Verlag

Ziegelberg 13

74538 Rosengarten



Telefon: 0791/95 66 4029 und Telefax: 0791/95 66 40 28

Firmeninformation:

Jutta Schütz (Autorin, Journalistin, Psychologin, Dozentin, Mentorin) schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man in den Verlagen: Rosengarten-Verlag, FIT GESUND SCHOEN, BoD und tredition, sowie im Kultur-Netzwerk (Kommunikationsplattform für Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment und Medien).

Pressekontakt:

Jutta Schütz

Mollstraße

D-58097 Hagen

info.schuetz09@gmail.com [1]

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

<http://www.rosengarten-verlag.de/> [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:17): <http://medkom24.eu/node/18540>

Links:

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

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

[3] <http://www.rosengarten-verlag.de/>