



Mehlersatz für Diabetiker

Von *Schuetz*

Erstellt am 3 Apr 2014 - 22:41

In der kohlenhydratarmen Küche gilt das Eiweißpulver als Multitalent.

Eiweißpulver als Mehlersatz wird immer beliebter in der Low Carb Ernährung, das Pulver hat je nach Firma einen Kohlenhydratwert von zirka 0,8 bis 5,0 pro 100 g.

Der Rosengarten-Verlag (Angelika Schweizer) verlegte 2013 neue Low Carb Bücher, die auch für Diabetiker geeignet sind.

Es gibt nur sehr wenige Low Carb Bücher auf dem Markt in Deutschland „mit Eiweißpulver-Rezepten“ und diese Kochbücher unterscheiden sich von den üblichen Low Carb Büchern.

Das Eiweißpulver wird von Sportlern „eigentlich“ für den Muskelaufbau benutzt, es eignet sich aber auch zum Backen und Kochen in einer kohlenhydratarmen Ernährung.

Man bekommt dieses Pulver in allen möglichen Geschmacksrichtungen (auch mit neutralem Geschmack) und kaufen kann man es in Sportgeschäften, Bodybuildershops, großen Supermärkten und Reformhäusern. Wer mehr Infos über das Eiweißpulver erfahren möchte, gibt dieses Wort einfach als Suchfunktionswort ein.

Buchvorstellung: Low Carb Sweet & Hot (Diabetiker geeignet)

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

Über den Verlag:

Der Rosengarten-Verlag wurde im August 2013 gegründet. Die Verlegerin „Angelika Schweizer“ legt großen Wert auf handverlesene Bücher. Es wird gezielt nach Büchern und Autoren gesucht, die Themen aufgreifen, die nicht alltäglich und somit auch nicht überall zu finden sind.

www.rosengarten-verlag.de [1]

Kontakt:

A. S. Rosengarten-Verlag

Ziegelberg 13

74538 Rosengarten



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

E-Mail: angelika.schweizer@rosengarten-verlag.de [2]

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

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 [4]

<http://www.jutta-schuetz-autorin.de/> [5]

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

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:02): <http://medkom24.eu/node/18975>

Links:

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

[2] <mailto:angelika.schweizer@rosengarten-verlag.de>

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

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

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