

Kurztext

Dr. Christian Guth / Burkhard Hickisch / Martina Dobrovicova

Superfood-Smoothies

144 Seiten, mit ca. 100 Farbfotos

Format: 17,0 x 23,5 cm, Nicht definiert

7,99 € (D) / 7,99 € (A) / 11,50 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-5022-6



A smoothie a day keeps the doctor away - Smoothies mit Superfoods wie Chiasamen, Goji-Beeren, Acai-Beeren oder Maca-Pulver sind nicht nur supergesund. Sie schenken uns auch Power für den ganzen Tag. Und sind im Mixer ruck, zuck fertig! Mit Superfood-Smoothies präsentiert das GU-Erfolgsteam von Grüne Smoothies jetzt 70 neue, aufregende Rezepte für die angesagten Powerdrinks aus dem Mixer. Damit lässt sich die Vitalstoff-Power von Superfoods ganz leicht in die tägliche Ernährung integrieren. Aus sonnigen Früchten und frischem, vitalstoffreichen Blattgrün sind in Sekundenschnelle leckere Mini-Mahlzeiten für jede Gelegenheit gemixt. Bunt, erfrischend und nahrhaft liefern Superfood Smoothies Vitalstoffe in allerbesten Form. Denn im Mixer püriert, kann unser Körper die bioaktiven Pflanzenstoffe am leichtesten verwerten. Unser Stoffwechsel nimmt in kürzester Zeit die gesunden Nährstoffe auf und wandelt sie sofort in neue Energie für uns um. So easy und lecker war gesund Genießen noch nie!