

## Kurztext

---

Prof. Dr. Jürgen Vormann / Karola Wiedemann

### **Schnelle Säure-Basen-Rezepte** **Einfache basische Gerichte für jeden Tag**

ePub

3,99 € (D) / 3,99 € (A) / 6,00 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-5669-3



Häufig müde und unwohl? Die Ursache könnte eine Übersäuerung des Körpers sein. Mit schnell zubereiteten basischen Rezepten für jeden Tag steuert dieses Kochbuch dagegen und sorgt für die Säure-Basen-Balance in Ihrem Körper.

Bereichern Sie Ihre tägliche Speisekarte mit knackigem Gemüse, Salat und Obst - und kommen Sie zurück ins Gleichgewicht. Und damit Ihnen die Umstellung nicht schwer fällt, haben unsere Experten für Sie Rezepte zusammengestellt, die schnell und einfach zuzubereiten sind und sich damit unkompliziert in Ihren Alltag einbauen lassen.

Probieren Sie die Basenernährung selbst aus! In dieser E-Book-Auskopplung finden Sie neben anschaulichen Hintergründen zur Basenernährung speziell ausgewählte Rezepte für schnelle Frühstücksideen, Mittag- und Abendessen, Süßes, Suppen und vegetarische Hauptspeisen.