

Kurztext

Nicole Staabs

Detox-Smoothies

Entschlacken mit Power-Drinks

64 Seiten, mit ca. 45 Farbfotos

Format: 16,5 x 20,0 cm, Nicht definiert

8,99 € (D) / 9,30 € (A) / 12,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-5224-4



Bunt und lecker in ein gesünderes Leben starten? Ein Traum wird wahr: Detox-Smoothies sind der perfekte Einstieg! Denn die Powerdrinks strotzen vor Vitalstoffen: Fein gemixt, sind die Nährstoffe aus Pflanzengrün, Früchten und Superfoods für den Körper besonders leicht verfügbar. Also zum Entschlacken und Entgiften einfach ab und zu eine beliebige Mahlzeit durch einen Detox-Smoothie ersetzen - für ein großes Plus an Wohlbefinden und Vitalität. Und wer schnellere Ergebnisse will, macht eine 3-Tage-Detox-Kur: So purzeln ganz nebenbei auch ein paar unerwünschte Pfunde. Für jede Menge Abwechslung im Glas sorgen die neusten Smoothie-Trends von Smoothie Bowls über Hot Smoothies bis (N)Ice Cream. Fazit: Lecker, bunt und gesund - mit diesen Smoothies macht Detoxen Spaß!