

Kurztext

Dr. med. Matthias Riedl

Backen für Diabetiker

Leckere Rezepte von Eiweißbrot bis Käsekuchen

ePub

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

ISBN: 978-3-8338-5674-7



Verbote waren gestern, genussvolles Essen ist heute. Auch als Diabetiker muss man nicht auf den Genuss von Kuchen, Quiches oder Muffins verzichten. Mit diesen leckeren Backrezepten können Sie nicht nur die Blutzuckerwerte, sondern auch Ihr Gewicht in den Griff bekommen. Die Rezepte berücksichtigen besonders die neuen wissenschaftlichen Erkenntnisse zum Eiweißgehalt und die Auswahl der richtigen Kohlenhydrate mit niedrigem glykämischen Index.

Eiweißbrot zum Frühstück, Mandelriegel als Snack gegen den Süßhunger, Käsekuchen zum Kaffee und Quiche zum Abendbrot - diese eBook-Auskopplung aus dem Titel "Diabetes-Kochbuch" von GU enthält 15 erprobte und alltagstaugliche Backrezepte für Diabetiker Typ 1 und Typ 2 sorgen für Freude beim Backen