

Kurztext

Dr. med. Ruediger Dahlke

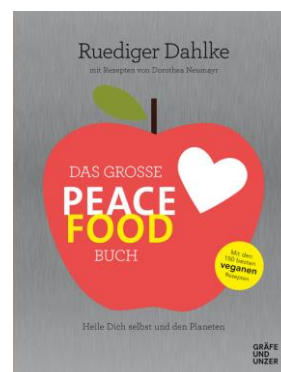
Das große Peace Food-Buch Heile Dich selbst und den Planeten

320 Seiten

Pappband

24,99 € (D) / 25,70 € (A) / 35,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-6954-9



DAS Standardwerk rund um den "Peace Food-Gedanken" von Ruediger Dahlke. Alles zum Thema „Vegane Ernährung“ und die damit zusammenhängende Lebensweise in einem umfangreichen Buch. Ein Must have für alle Veganer, für Fans von Ruediger Dahlke, aber auch für alle, die sich für vegane Rezepte interessieren („Teilzeit-Veganer“). Ein Koch- und Leserattegeber mit sensationellem Preis-Leistungs-Verhältnis auch für alle, die sich erstmals mit dieser Form der Ernährung beschäftigen und viele leicht nachkochbare spannende vegane Rezepte suchen.

Über 150 Rezepte von Ernährungsfachfrau Dorothea Neumayr, teilweise aus bereits erschienenen Peace Food-Titeln, alle aktualisiert und auf den neuesten Stand gebracht sowie etwa 20 neue Rezepte bieten jede Menge Auswahl an gut schmeckenden veganen Gerichten. In einer ausführlichen Einleitung erläutert Ruediger Dahlke den Peace Food-Gedanken und vermittelt Wissenswertes zum Thema in einem interessanten Theoriekapitel.

GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH

Grillparzerstraße 12, 81675 München

Internet: www.gu.de, www.graefe-und-unzer.de

Text und Abbildung können Sie honorarfrei zur Bewerbung der Titel in Ihrem Shop verwenden.