

Presseinformation

Johann Lafer , Prof. Dr. Jürgen Vormann

Detox Cuisine

**Die genussvolle 4-Wochen-Kur für Krankheitsprävention
und Verjüngung**

Umfang: 208 Seiten

Format: 210 x 265 , Pappband

Preis: 28,00 € (DE) /28,90 € (AT) /38,90 SFr (CH)

ISBN: 978-3-8338-8796-3

Erscheinungsdatum: 01.03.2023

 Auch als
eBook
erhältlich.



Den Körper entgiften und dennoch genießen: Die revolutionäre Detox-kur von Ernährungsexperte Prof. Dr. Jürgen Vormann und Starkoch Johann Lafer.

Das erste Detox-Konzept mit Genuss - Garantie!

Müdigkeit, Infektanfälligkeit, Haut-und Verdauungsprobleme - mal ehrlich, wer kennt es nicht ? Auf Stress, Schlaf - und Bewegungsmangel reagiert unser Körper bisweilen sehr heftig. Gönnen Sie ihm eine Pause und detoxen Sie! Mit Ihrem neuen 4-Wochen-Programm beweisen Spitzenkoch Johann Lafer und Ernährungsexperte Jürgen Vormann, dass Gesundheit und Genuss keine Gegensätze sind. 100 schmackhafte Rezepte bringen den Beweis, dass Entgiftung ohne Verbote, dafür mit maximalem Geschmack zum Erfolg führt : Energie-Tanken, Krankheiten vorbeugen und ganz nebenbei noch Gewicht verlieren, ohne auf Genuss zu verzichten.

Johann Lafer blickt auf eine über 40jährige kulinarische Karriere zurück. In zahlreichen TV-Sendungen, Büchern und Magazinen beweist er seit Jahren, dass er ein Meister seines Faches ist.

Prof. Dr. rer. nat. Jürgen Vormann ist Ernährungswissenschaftler und Experte für Mikronährstoffe und den Säure-Basen-Haushalt. Er ist Autor zahlreicher Bücher und wissenschaftlicher Artikel und Mitglied mehrerer Gesellschaften für Nährstoffmedizin und Ernährung.