

Kurztext

Regina & Susanne Denk

Cook Eat Love

Das Immunsystem stärken mit gesunden Rezepten für ein glückliches Leben

192 Seiten, mit ca. 300 Farbfotos

Format: 18,5 x 24,2 cm, Hardcover

19,99 € (D) / 20,60 € (A) / 26,90 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-6029-4



Liebe geht durch den Magen - und macht gesund. Regina und Susanne gehen in ihrer Kindheit gemeinsam durch dick und dünn. Als die beiden Schwestern älter werden, verlieren sie sich jedoch aus den Augen: Regina zieht es in die Großstadt, während Susanne auf dem Land bleibt. Als bei Susanne aber Multiple Sklerose diagnostiziert wird, steht für die beiden fest: Schwestern müssen zusammenhalten - jetzt erst recht! Regina beschäftigt sich schon lange mit gesunder, präventiver Ernährung. Sie beginnt, für Susanne leckere und gesunde Rezepte zu kreieren - denn gerade jetzt muss Essen nicht nur Energie und Kraft spenden, sondern vor allem Freude machen. Mit ihren leichten, abwechslungsreichen Rezeptideen schafft sie es, Susanne für die gesunde, bewusste Küche zu begeistern, die auch das Immunsystem stimuliert und kräftigt. Heute geht es nicht nur Susanne richtig gut, die ganze Familie kocht mittlerweile regelmäßig nach Reginas supergesunden Wohlfühlrezepten.

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.