Kurztext

Hannah Frey

Zuckerfrei

Die 40 Tage-Challenge

ePub
13,99 € (D) / 13,99 € (A) / 21,00 CHF (SFr.)
ISBN: 978-3-8338-5970-0

Wie jetzt, auf Zucker komplett - k-o-m-p-l-e-t-t! - verzichten? Das geht? Klar! Den Beweis dafür liefert Kochbuchautorin und Food-Bloggerin Hannah Frey: In ihrem nigelnagelneuen Kochbuch ruft sie zur Challenge auf. 40 Tage ohne Zucker! Ganz nach dem Motto Clean up your Kitchen hilft sie dabei, verstecktes Zuckersüß zu enttarnen und zeigt wie lecker zuckerfreie Ernährung ist. Healthy Breakfast und Detox Meals werden mit vollwertigen Fit-Foods gespickt. Und zwischendurch gibt es Drinks, Sweets und Snacks- alles sugar-free, versteht sich! Wir versprechen: Das hat garantiert nichts mit Verzicht zu tun, sondern ist ein wunderbar neues und cleanes Lifestyle-Lebensgefühl mit unzähligen Feel-Good-and-Be-Happy-Momenten. Du willst mitmachen? Prima! Eine ganze Community unterstützt Dich auf Deinem Weg. Ob Facebook, Instagram, Twitter, Snapchat oder Pinterest - unter #projektzuckerfrei teilst Du Deine Erfolge. Also: Nichts wie raus aus der Zuckerfalle und rein ins Gute-Laune-Leben!

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.