

Oster Low-Carb (Kohlenhydratreduzierte Ernährung)

16.03.2016, 12:32 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Schütz*



Oster Low-Carb

Das Osterfest ist im Christentum die jährliche Gedächtnisfeier der Auferstehung Jesu Christi (nach dem neuen Testament als Sohn Gottes), der den Tod überwunden hat. Die Christen begannen im 2. Jahrhundert nach Christi Geburt, die Wiederauferstehung des Heilands zu feiern.

Wer zurzeit Low Carb (kohlenhydratarmer Ernährung) lebt, hat keine Probleme dies auch an den Ostertagen zu praktizieren.

Low Carb Diäten schreiben keine reduzierte Nahrungsmenge vor, es wird nur auf stark kohlenhydrathaltige Nahrungsmittel verzichtet.

555 Rezepte/Best Of von Sabine Beuke und Jutta Schütz. Die Autorinnen vermitteln mit ihren Büchern Motivation pur und räumen mit alten Vorurteilen auf. Anhand von vielen wissenschaftlichen Berichten von Ernährungsforschern nehmen sie die Angst vor einer kohlenhydratarmer Ernährung. Wer ihre Bücher kennt, stellt schnell fest, dass es auch viele Rezepte gibt, und dass sich die Ernährung abwechslungsreich gestalten lässt.

Beuke und Schütz haben die Voraussetzung, Fachwissen kompakt zusammen zu fügen und dieses verständlich zu erklären. Dabei ist es wichtig, das Wissen eines Laien im Auge zu behalten. Beide Autorinnen haben schon mehrere Ratgeber geschrieben und der Erfolg gibt ihnen Recht. Wer sich einem bestimmten Thema widmet, muss stets ein Stück weit über den Tellerrand hinausschauen.

Buchdaten:

Low-Carb: 555 Rezepte/Best Of

Autoren: Sabine Beuke & Jutta Schütz

Verlag: Books on Demand

ISBN-10: 3738636773

ISBN-13: 978-3738636772

Taschenbuch: 244 Seiten

Sprache: Deutsch – € 9,99 (Kindle: € 7,99)

Das Buch ist auch als E-Book käuflich auf dem download-Portal von itunes.apple.com, verfügbar, sowie auch auf dem iPhone, iPad oder iPod touch. Überall im Handel erhältlich (auch in den USA, Kanada und Australien).

Diese Presse darf ausschließlich zu informativen, persönlichen und NICHT-kommerziellen Zwecken verwendet werden. Sie dürfen diese Presse ansehen, drucken, kopieren und weitergeben unter folgenden Bedingungen: Die Presse darf nur verwendet werden für den persönlichen, nicht kommerziellen Gebrauch. Die Presse muss bei einer Kopie oder bei einem Teilausschnitt alle rechtlichen Informationen wie das Originaldokument sowie auch das Copyright-Recht „© 2016 Jutta Schütz“ enthalten. Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.

Portrait

Jutta Schütz schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Sie hat bis heute über 40 Bücher geschrieben und an vielen anderen Büchern mitgewirkt. Zudem hilft sie als Mentorin und Coach vielen Neuautoren bei der Veröffentlichung ihrer Bücher. Als Journalistin schreibt Schütz für viele Verlage und Zeitungen. Ihre Themen sind: Gesundheit, Psychologie, Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man in den Verlagen, auf ihrer Webseite - sowie im Kultur-Netzwerk.

News-ID: 895395 • Views: 703 (Stand: 08.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/895395/Oster-Low-Carb-Kohlenhydratreduzierte-Ernaehrung.html>