

EatSmarter!

LOW-CARB-REZEPTE FÜR DAS MITTAGESSEN

Die 50 besten Gerichte
zum Vorbereiten und Mitnehmen

© des Titels »Low-Carb-Rezepte für das Mittagessen« (978-3-7423-0677-7)
2018 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.rivaverlag.de>

Tragen Sie sich jetzt unter
www.low-carb-fans.de für unseren
Newsletter ein und erhalten Sie
kostenlose Rezepte und Infos zu
neuen Veröffentlichungen!

riva

INHALT

High Noon mit Low Carb.	4
Mehr Energie mit weniger Kohlenhydraten.	5
So hilft Low Carb beim Schlankwerden und -bleiben.	5
Vorsicht, süße Falle!	6
So klappt die Umstellung auf Low Carb.	7
Low-Carb-Lunch leicht gemacht.	8
INFORMATIONEN ZU DEN NÄHRWERTEN	9
SUPPEN	11
MIT FLEISCH	27
MIT FISCH	63
VEGETARISCH.	79

© des Titels »Low-Carb-Rezepte für das Mittagessen« (978-3-7423-0677-7)
2018 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.rivaverlag.de>

