



Art-Nr. 066/155
Hersteller-Nr. 207



Leicht & Fit Rezepte – genussvoll essen – Rezepte für den Omnia Backofen – Kochbuch



Informationen

Maße (B x H x T)	20 x 20 x 1 cm
Packmaß	20,2 x 19,9 x 1,3 cm
Gewicht	280 g
Katalogseite	127

Der Urlaub ist eine gute Zeit, sich mit neuen leckeren Gerichten und Zubereitungsarten zu befassen: Sich fernab vom Alltagsstress auf Neues einzulassen und das dann auch zu Hause zu guten Gewohnheiten werden zu lassen.

Alle reden von einer ausgewogenen und gesunden Ernährung.

Für eine ausgewogene Ernährung braucht es weder strenge Regeln noch Essenspläne. Ein paar einfache Leitlinien sind genug, um dem Körper alles zu geben, was er braucht, um gesund und fit zu bleiben. Dies ist kein Diätbuch. Das Kochbuch vermittelt hilfreiches Wissen zu einer gesünderen Ernährung ohne dogmatisch zu sein und enthält über 30 Rezepte, mit denen Sie sich mit der neuen leichten Omnia Küche vertraut machen können.

Spezifikationen

Seiten	64
--------	----