



100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen

Doris Mular

 **Download**

 **Online Lesen**

100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen Doris Mular

Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen

Broschiertes Buch

Sie möchten abnehmen und entgiften und dabei genießen? Mit dem Thermomix lassen sich schnell und einfach leckere Suppen zaubern, die wenige Kalorien und Kohlenhydrate, dafür aber reichlich Ballaststoffe enthalten und Sie beim Gewichtsverlust und Detoxen unterstützen: Genießen Sie eine klare Brühe mit Grießnockerln, eine edle Garnelencreme mit Frühlingszwiebeln oder eine fruchtige Auberginen-Zitronen-Suppe. Das Buch erklärt, welche Gemüsesorten sich für welche Suppe eignen, welche besonderen Kräuter, Gewürze oder Proteinquellen Sie einsetzen können, wie Sie Suppen am besten aufbewahren und mit welchen Suppen Sie Gäste überraschen können. Mit den Schritt-für-Schritt-Anleitungen für den Thermomix geht das auch noch ganz entspannt. Alle Rezepte wurden mit dem Thermomix TM5 entwickelt und getestet. Außerdem enthält das Buch Rezeptpläne für eine dreitägige und eine sechstägige Suppenkur sowie eine ausführliche Warenkunde. Unabhängig recherchiert, nicht vom Hersteller beeinflusst.

 [Download 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere
Rezepte ...pdf](#)

 [Read Online 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere
Rezep ...pdf](#)

100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen

Doris Mular

100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen Doris Mular

Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen

Broschiertes Buch

Sie möchten abnehmen und entgiften und dabei genießen? Mit dem Thermomix lassen sich schnell und einfach leckere Suppen zaubern, die wenige Kalorien und Kohlenhydrate, dafür aber reichlich Ballaststoffe enthalten und Sie beim Gewichtsverlust und Detoxen unterstützen: Genießen Sie eine klare Brühe mit Grießnockerln, eine edle Garnelencreme mit Frühlingszwiebeln oder eine fruchtige Auberginen-Zitronen-Suppe. Das Buch erklärt, welche Gemüsesorten sich für welche Suppe eignen, welche besonderen Kräuter, Gewürze oder Proteinquellen Sie einsetzen können, wie Sie Suppen am besten aufbewahren und mit welchen Suppen Sie Gäste überraschen können. Mit den Schritt-für-Schritt-Anleitungen für den Thermomix geht das auch noch ganz entspannt. Alle Rezepte wurden mit dem Thermomix TM5 entwickelt und getestet. Außerdem enthält das Buch Rezeptpläne für eine dreitägige und eine sechstägige Suppenkur sowie eine ausführliche Warenkunde. Unabhängig recherchiert, nicht vom Hersteller beeinflusst.

Downloaden und kostenlos lesen 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen Doris Muliar

192 Seiten

Kurzbeschreibung

Sie möchten abnehmen und entgiften und dabei genießen?

Mit dem Thermomix® lassen sich schnell und einfach leckere Suppen zaubern, die wenige Kalorien und Kohlenhydrate, dafür aber reichlich Ballaststoffe enthalten und Sie beim Gewichtsverlust und Detoxen unterstützen: Genießen Sie eine klare Brühe mit Grießnockerln, eine edle Garnelencreme mit Frühlingszwiebeln oder eine fruchtige Auberginen-Zitronen-Suppe.

Das Buch erklärt, welche Gemüsesorten sich für welche Suppe eignen, welche besonderen Kräuter, Gewürze oder Proteinquellen Sie einsetzen können, wie Sie Suppen am besten aufbewahren und mit welchen Suppen Sie Gäste überraschen können. Mit den Schritt-für-Schritt-Anleitungen für den Thermomix® geht das auch noch ganz entspannt. Alle Rezepte wurden mit dem Thermomix® TM5 entwickelt und getestet.

Außerdem enthält das Buch Rezeptpläne für eine dreitägige und eine sechstägige Suppenkur sowie eine ausführliche Warenkunde.

Unabhängig recherchiert, nicht vom Hersteller beeinflusst.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Doris Muliar, gebürtige Österreicherin, ist Journalistin für Hörfunk, Fernsehen und Verlage. Seit Mitte der 90er-Jahre schreibt sie Bücher mit dem Schwerpunkt gesunde Ernährung und entwickelt die Rezepte dafür. Im riva Verlag hat sie bereits an den beiden Bestsellern Low Carb (mit Dr. Nicolai Worm) und 2 Tage Diät sind genug: Das Rezeptbuch sowie Die Freetox-Diät (beide mit Dr. Dr. Michael Despeghel) mitgewirkt sowie ihr eigenes Buch Abnehmen mit dem Thermomix® herausgebracht.

Download and Read Online 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen Doris Muliar #GXCD9JZEWT1

Lesen Sie 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen von Doris Mular für online ebook 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen von Doris Mular Kostenlose PDF download, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen von Doris Mular Bücher online zu lesen. Online 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen von Doris Mular ebook PDF herunterladen 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen von Doris Mular Doc 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen von Doris Mular Mobipocket 100 gesunde Suppen aus dem Thermomix®: Leckere Rezepte zum Entgiften, Abnehmen und Genießen von Doris Mular EPub