



# Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion

*Ulrike Gonder, Dorothee Stuth*



**Download**



**Online Lesen**

## **Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion**

Ulrike Gonder, Dorothee Stuth

Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion



[Download Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Ü ...pdf](#)



[Online Lesen Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: ...pdf](#)

# **Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion**

*Ulrike Gonder, Dorothee Stuth*

**Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion** Ulrike Gonder, Dorothee Stuth

Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion

**Downloaden und kostenlos lesen Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion Ulrike Gonder, Dorothee Stuth**

---

128 Seiten

Kurzbeschreibung

Keine Kohlenhydrate? Kein Problem! Inspirierende Rezepte und Anregungen für alle, die auf Kohlenhydrate (weitgehend) verzichten wollen oder müssen. Die ketogene Ernährung also eine Kostform mit sehr wenigen Kohlenhydraten ist nicht nur bei Sportlern beliebt, sie gewinnt auch zunehmend an Bedeutung als Therapieunterstützung für Menschen mit Krebs und Hirnleistungsstörungen wie der Alzheimerdemenz. Allerdings gibt es kaum Kochbücher und Rezeptsammlungen, die speziell für den einfachen Einstieg in die ketogene Ernährung konzipiert worden sind. Ketoküche. Dieser kleine Ratgeber schließt diese Lücke, bietet einen praktischen Einstieg und macht Appetit auf die kreative Lang erwartet von den vielen Lesern der Bücher 'Krebszellen lieben Zucker' und 'Stopp Alzheimer!' - Ein Bauplan für die Gesundheit. - Kalorienreiche Shakes für neue Kraft bei Krebspatienten. - Kokosölvarianten zur Demenzprävention. - Der Folgetitel zum vielbeachteten neuen Standardwerk zur ketogenen Ernährung. - Zahlreiche Tabellen mit geeigneten und ungeeigneten Lebensmitteln. - Viele hilfreiche Abwandlungstipps für die verschiedenen Anwendergruppen, z.B. mehr Kokosöl für Alzheimerpatienten. Über den Autor und weitere Mitwirkende Ulrike Gonder, Jahrgang 1961, ist Ernährungswissenschaftlerin, Wissenschaftsjournalistin und Autorin. heute arbeitet sie selbstständig als freie Wissenschaftsjournalistin, Buchautorin, Referentin und Dozentin sowie als Interviewpartnerin für Radio- und Fernsehredaktionen. Dorothee Stuth ist Diplom-Übersetzerin und war zunächst freiberuflich und dann 25 Jahre bei der Europäischen Kommission in Brüssel tätig. Nach einer Tumorerkrankung entschied sie sich für eine ketogene Ernährungsweise. Sie entwickelt entsprechende Rezepte unter der Vorgabe, auch bei weitestgehender Reduzierung des Kohlenhydratanteils ein schmackhaftes Resultat zu erzielen.

Download and Read Online Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion Ulrike Gonder, Dorothee Stuth

#1826IGZLQW5

Lesen Sie Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion von Ulrike Gonder, Dorothee Stuth für online ebook Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion von Ulrike Gonder, Dorothee Stuth Kostenlose PDF d0wnl0ad, 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 Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion von Ulrike Gonder, Dorothee Stuth Bücher online zu lesen. Online Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion von Ulrike Gonder, Dorothee Stuth ebook PDF herunterladen Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion von Ulrike Gonder, Dorothee Stuth Doc Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion von Ulrike Gonder, Dorothee Stuth Mobipocket Ketoküche für Einsteiger: Rezepte und Kraftshakes: Über 50 ketogene Rezepte zur Krebstherapie, Alzheimerprävention und Gewichtsreduktion von Ulrike Gonder, Dorothee Stuth EPub