

[Read now] Saft

## Saft

Von Jan Castorina, Dimitra Stais

\*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #1128650 in BcherVerffentlicht am: 2002Einband: Gebundene  
Ausgabe111 Seiten | File size: 17.Mb

**Von Jan Castorina, Dimitra Stais : Saft** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Saft:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen25 von 27 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.  
Klasse RezepteVon Nicole GeisslerEndlich ein Buch das berzeugt. Beeindruckend ist die Anzahl der Rezepte. Sehr hilfreich ist die Gliederung in einzelne Rubriken wie Rezepte frs Immunsystem ,die Figur, fr Frauen oder die ganze Familie. Die Rezepte sind kurz, aber genau erklrt, vor allem wird die Wirkung der Inhaltsstoffe erklrt. Schmecken tut's auch noch.4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Super Rezepte zu einem super PreisVon Juergen LamprechtEin sehr gutes Buch, wenn man gute Rezepte sucht. Die Rezepte sind allesamt einfach und przise beschrieben, die Wirkung wird kurz angeschnitten und vor allem ist das gesamte Buch reich bebildert. Das Buch macht einfach Lust Rezepte selbst auszuprobieren - und nicht selten stot man auf einen wahrlichen Leckerbissen hhh Trunk. Es werden Rezepte geboten, die man so wohl nie probieren wrde (z.B. Ananas-Zwiebel-Trunk, Artischocken-Zitronen-Entgifter, Ananas-Mhren-Brokkoli-Drink, Zitronen-Knoblauch-Meerrettich-Trunk usw.) aber auch auf einfache Shakes usw. wird liebevoll eingegangen. Insgesamt ber 150 leckere Rezepte!Fazit: Fr jeden Menschen, der sich gesundheitsbewusster ernhren mchte und dabei sich die Zeit nimmt die Sfte zu probieren. Es schmeckt einfach lecker!0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Einige tolle IdeenVon MalinaDas Buch beinhaltet

einige tolle Ideen für frisch entsaftete Säfte, die auch Kindern schmecken können. Das Entsaften selber ist ja schon - natürlich unter strenger Aufsicht durch Erwachsene - ein Erlebnis. Wir haben unsere Lieblingsrezepte und toben uns natürlich auch kreativ aus beim Entsaften. Viel Spaß! Was man sich auch durchlesen sollte, sind die Tipps dazu, welchen Entsafter man kaufen sollte und wieso. Sich vor dem Kauf eines Entsafters / einer Saftpresse gut informieren und auch Kundenrezensionen lesen. Wieso ich einen Punkt bei der Bewertung abziehe: bei Jan Castorina wird angegeben, dass sie als Ernährungsberaterin und Heiltherapeutin arbeitet. Bei dieser Ausbildung hätte ich erwartet, dass sie etwas über die Wirkung von Fruchtsäften auf Zähne schreibt, eventuell auch als Erklärung und Abgrenzung zu gekauften Säften. Hier sind halt die Eltern/ Verbraucher gefragt, dass sie sich bei jemandem erkundigen, der in dieser Hinsicht kompetente Auskunft geben kann.

Produktbeschreibung über 150 Rezepte für leckere Obst- und Gemüsesäfte und Shakes, die genussvoll fit halten.