



## Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte

*Elisabeth Fischer*

 **Download**

 **Online Lesen**

**Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte** Elisabeth Fischer

 [Download Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte ...pdf](#)

 [Read Online Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte ...pdf](#)

# **Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte**

*Elisabeth Fischer*

**Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte** Elisabeth Fischer

## **Downloaden und kostenlos lesen Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte Elisabeth Fischer**

---

156 Seiten

### **Kurzbeschreibung**

Das Erfolgskonzept wird erweitert. Satt werden, abnehmen, wohlfühlen diese Erfahrung haben viele mit Vegan Fasten gemacht. Denn die bewusste Auswahl basischer pflanzlicher Lebensmittel gleicht eine latente Übersäuerung aus und steigert mit einem maximalen Gehalt an Vitalstoffen die Fettverbrennung. Damit nach dem Veganen Fasten der Jojo-Effekt kein Chance hat, der Organismus in der Säure-Basen-Balance bleibt und die Gesundheit nachhaltig gefördert wird, entwickelte Elisabeth Fischer nun auch vegane Rezepte für die Zeit danach. Inspiriert wurde sie dazu von vielen LeserInnen, die begeistert vom Veganen Fasten ihre Essgewohnheiten dauerhaft ändern wollten. Elisabeth Fischer ist bekannt für ihre köstlichen Rezepte: Aufbauendes zum Frühstück, vitalisierende Smoothies, prima Snacks, Salate und Suppen, raffinierte Gemüse-, Nudel und Getreidegerichte, Herzhaftes mit Linsen und Bohnen dazu fruchtiges Süßes von der Creme bis zum Kuchen. Über den Autor und weitere Mitwirkende Elisabeth Fischer, Autorin von mehr als 40 Kochbüchern und Ernährungsratgebern, ist eine Pionierin der vegetarischen und veganen Küche. Ihre Spezialität sind einfach zubereitete Rezepte, die Genuss und Gesundheit harmonisch verbinden.

Download and Read Online Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte Elisabeth Fischer  
#SU5CQ4TJMNY

Lesen Sie Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte von Elisabeth Fischer für online ebook Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte von Elisabeth Fischer 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 Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte von Elisabeth Fischer Bücher online zu lesen. Online Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte von Elisabeth Fischer ebook PDF herunterladen Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte von Elisabeth Fischer Doc Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte von Elisabeth Fischer Mobipocket Vegan fasten & schlank bleiben: 140 Basenrezepte von Elisabeth Fischer EPub