Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power

Marcus Schall

Download Online Lesen

Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power Marcus Schall

Download Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power ...pdf

Read Online Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power ...pdf

Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power

Marcus Schall

Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power Marcus Schall

Downloaden und kostenlos lesen Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power Marcus Schall

160 Seiten
Kurzbeschreibung
Eat goods not bads

Exotische Superfoods wie Chiasamen, Gojibeeren oder Quinoa, aber auch die regionalen wie Leinsamen, Brokkoli oder Grünkohl sind Nahrungsmittel mit besonders hoch konzentrierten Nährstoffen – richtige Powerpakete also und die großen Helden der gesunden Ernährung! »SuperGoodFood« bietet viele leckere Rezepte auf Basis von frischen Lebensmitteln und Superfoods, alle alltagstauglich und leicht nachzukochen. Frische Smoothies, gesunde Snacks, leichte Salate oder abwechslungsreiche Hauptgerichte – Clean Eating at its best! Die »SuperGoodFood«-Küche liefert viel Energie für den Alltag, ist aber vor allem eines: wahnsinnig lecker und verblüffend einfach!

Über 60 alltagstaugliche Rezepte

Ideen für Veganer, Vegetarier & Flexitarier

Mit Küchen-Basics & Superfood-Hintergrundwissen

Über den Autor und weitere Mitwirkende
Marcus Schall, Jahrgang 1972, ist in Neuwied aufgewachsen und lebt in der Nähe von Hamburg. Ehemals im internationalen Vertriebsmanagement im Sportbereich tätig, ist er mittlerweile CEO (Clean Eating Officer) von SuperGoodFood (SGF), einer Informationsseite zu gesunder Ernährung, neuesten Food-Trends und deren Hintergründen. SGF veranstaltet regelmäßige Workshops und Seminare, unter anderem für Miele und Werder Sports in Bremen. Weiterhin betreut Marcus Schall Sportler und Teams, hinsichtlich leistungsorientierter, natürlicher Ernährung – unter anderem die Berliner Eisbären und diverse Motorsportteams. Als offizieller „ASICS Nutrition Expert“ ist er zudem für ASICS Deutschland tätig und schreibt regelmäßig Artikel für diverse Fachzeitschriften.

Daniela Gantner wurde 1977 in einer Kleinstadt in Brandenburg geboren und verbrachte ihre Kindheit und Jugend dort. Überzeugt von einer bewussten Ernährung bringt sie ihre kreativen Ideen in SGF ein und entwickelt gemeinsam mit Marcus Schall neue Rezepte.
Download and Read Online Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power Marcus Schall
#0ASLDW9PHFN

Lesen Sie Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power von Marcus Schall für online ebookSuper Good Food: Glücksrezepte für mehr Power von Marcus Schall 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 Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power von Marcus Schall Bücher online zu lesen.Online Super Good Food: Glücksrezepte für mehr Power von Marcus Schall ebook PDF herunterladenSuper Good Food: Glücksrezepte für mehr Power von Marcus Schall DocSuper Good Food: Glücksrezepte für mehr Power von Marcus Schall MobipocketSuper Good Food: Glücksrezepte für mehr Power von Marcus Schall EPub