



## Die kohlenhydratarme Ernährung

Von *Schuetz*

Erstellt am 6 Mai 2015 - 08:17

LOW CARB - Zum Feierabend: Fortsetzung von Low Carb: Für Berufstätige!

Ein kluges Zeitmanagement und die richtige Lebensmittelauswahl machen es möglich, in einer Low Carb Ernährung für Berufstätige und Zuhause ruck zuck schmackhafte Mahlzeiten zuzubereiten. Selbst kochen und Zeit sparen erfordert eine gute Planung. Die dreifache Menge an einem Tag gekocht, ergibt eine Mahlzeit für den nächsten Abend, für die Arbeit und zum Einfrieren. „Selbst kochen“ muss nicht kompliziert sein. Mit den richtigen Rezepten macht das Kochen Spaß und in diesem Koch/Back-Buch kommen auch Vegetarier nicht zu kurz.

Produktinformation

LOW CARB - Zum Feierabend: Fortsetzung von Low Carb: Für Berufstätige

Autorin: Jutta Schütz

Taschenbuch: 56 Seiten für 3,99 Euro

Verlag: Books on Demand; Auflage: 1 (20. Januar 2015)

Sprache: Deutsch

ISBN-10: 3734754755

ISBN-13: 978-3734754753

Größe und/oder Gewicht: 14,8 x 0,3 x 21 cm

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Jutta Schütz: VITA Jutta Schütz wurde in Lebach (Saarland) geboren. Mit ihrem ersten Bestseller „Plötzlich Diabetes“ gilt die Autorin bei Kritikern als Querdenkerin. 2010 startete sie mit ihren Gesundheitsbüchern ihr Pilotprojekt in Bruchsal und später bei der VHS in Wolfsburg. Sie hat bis heute über 40 Bücher geschrieben und an vielen anderen Büchern mitgewirkt. Als Journalistin schreibt Schütz für viele Verlage und Zeitungen. Ihre Themen sind: Gesundheit, Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment. Mehr Infos finden Sie auf der Webseite der Autorin. [www.jutta-schuetz-autorin.de/](http://www.jutta-schuetz-autorin.de/) [1]

Firmeninformation:

Jutta Schütz schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Weitere Informationen zur Autorin und ihren Büchern findet man auf der Webseite sowie im Kultur-Netzwerk (Kommunikationsplattform für Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment und Medien).

Pressekontakt:

Jutta Schütz

D-33611 Bielefeld

[info.schuetz09@googlemail.com](mailto:info.schuetz09@googlemail.com) [2]

[www.jutta-schuetz-autorin.de/](http://www.jutta-schuetz-autorin.de/) [1]



- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 19 Jun 2019 - 00:48):** <https://www.medcom24.de/node/20245>

**Links:**

[1] <http://www.jutta-schuetz-autorin.de/>

[2] <mailto:info.schuetz09@googlemail.com>