

(Pdf free) Ernährungsratgeber Magen und Darm: Genieen erlaubt

## Ernährungsratgeber Magen und Darm: Genieen erlaubt

Von Sven-David Mller, Christiane Weienberger  
DOC | \*audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrank: #230714 in BcherVerffentlicht am: 2012-09-26Erscheinungsdatum:  
2012-09-26Abmessungen: 8.31 x .67b x 6.06l, Einband: Taschenbuch144 Seiten | File size: 17.Mb

**Von Sven-David Mller, Christiane Weienberger : Ernährungsratgeber Magen und Darm: Genieen erlaubt**  
before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Ernährungsratgeber Magen und Darm: Genieen erlaubt:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Tolle Rezepte!Von JiffyDie Rezepte aus dem Buch sind wirklich klasse. Ich habe schon fter Freunde eingeladen und Gerichte aus dem Buch gekocht es hat immer allen geschmeckt! :-)Daneben sind auch die Hintergrundinformationen zu den verschiedenen Magen-/Darmkrankheiten sehr gut verstdlich aufgearbeitet, sodass auch Laien sie prima verstehen.2 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Gut, aber...Von MarionDas Buch ist sehr informativ und es sind tolle Rezepte drin. Leider frage ich mich bei einigen, ob diese vorher wirklich ausprobiert

wurden... ändert man das ein oder andere etwas ab, sind es tolle Gerichte.

Kurzbeschreibung Verstopfung, Durchfall, Völlegefühl, Sodbrennen, Belkeit, ein Reizmagen oder Unverträglichkeiten - dagegen lässt sich auch ohne chemische Präparate viel tun. Besonders eine ausgewogene Ernährung kann wesentlich zu einem gesunden Verdauungstrakt beitragen. Dieser Ratgeber zeigt, wie man auf natürliche Weise seine Abwehrkraft steigern und vielen Krankheiten des Magen-Darm-Traktes vorbeugen kann - und auf Genuss beim Essen nicht verzichten muss. Frisches Obst, leckere Gemüsegerichte und aromatische Vollkornprodukte sind die Basis der 60 erprobten Rezepte, die einfach gut schmecken. Der Autor und weitere Mitwirkende Der Ernährungsexperte und Medizinjournalist Sven-David Müller ist Träger des Bundesverdienstkreuzes. Er erhielt diese Auszeichnung für seine Verdienste im Bereich Ernährungsaufklärung. Über drei Millionen Bücher hat der Bestsellerautor bisher verkauft. Christiane Weienberger arbeitet als Diät- und Diabetesassistentin in einer diabetologischen Schwerpunktpraxis in Würzburg. Zusammen mit Sven-David Müller hat sie bereits zahlreiche Ernährungsratgeber veröffentlicht.