



## **Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche**

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche

*Herman Mestrom, Bernard Hamm*

**Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche** Herman Mestrom, Bernard Hamm

 [Download Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Le ...pdf](#)

 [Online lesen Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche Herman Mestrom, Bernard Hamm**

---

152 Seiten

Kurzbeschreibung

Mestrom & Hamm: Genussvoll essen nach der Magen- und Darmoperation: Diätküche, die schmeckt und Spaß macht.

Der Rezeptesammlung „Genussvoll essen nach Magen- und Darmoperation“ (Essen, 2014, 152 S., 26,80 €) ist ein anspruchsvoller Spagat geglückt: Sie verbindet vielfältige Erfahrungen aus dem Bereich der Diätküche mit denen der bürgerlichen und auch feinen Küche. Die beiden Autoren zeigen hiermit den Magen-Darmoperierten einen Weg, sich auch nach der Magenentfernung oder der Operation am Darm genussvoll zu ernähren.

Lebensfreude - ein wichtiges Heilmittel. Die von Herman Mestrom und Bernard Hamm gesammelten und überarbeiteten Rezepte (mehr als 125) basieren auf den langjährigen Erfahrungen und Erkenntnissen Herman Mestroms aus der ernährungstherapeutischen Abteilung einer Tumornachsorgeklinik. Der niederländische Ernährungsphysiologe und Diätetiker hat mit „Essen und Trinken nach Magenentfernung“ ein Grundlagenwerk geschaffen, das in den letzten zehn Jahren der vielleicht wertvollste Ratgeber für Betroffene und Angehörige war. Bernard Hamm, langjähriger Gourmetkritiker im deutschsprachigen Raum, und Herman Mestrom haben sich auf den Weg gemacht, geeignete Rezepturen aus den mannigfachen Esskulturen Europas und des Orients zu entdecken und diese für Magen- und Darmpatienten bekömmlich zu gestalten.

Obwohl beruflich in der Aus- und Fortbildung engagiert, schreiben die beiden ohne Zeigefinger. „Wir belassen es aber auch nicht bei Allerweltsauskünften wie „Essen Sie, was Sie vertragen können. Das ist uns zu billig. Der Patient ist kein Selbstversuchler.“ „Genussvoll essen“ umfasst Suppen, Fisch- und Fleischgerichte; für Gemüse und Beilagen sind Rezepte entwickelt worden, die den besonderen Bedürfnissen und Notwendigkeiten der Patienten mit einer Magen-Darm-Operation entgegen kommen und zugleich das „es muss lecker und gut schmecken“ im Auge behalten.

Pizza und Pasta sind nicht vergessen, ebenfalls werden leckere und frische Salate vorgestellt. Es finden sich in diesem Buch auch Beiträge aus der asiatischen oder griechischen Küche; ebenfalls Klassiker der feinen Küche oder der Neuen Deutschen Küche. Entenbrust in Orangensauce, ein Salbeihähnchen sowie Parmesan-Salbei-Polenta oder der Selleriesalat mit Möhren und Zucchini sind Beispiele dafür, dass Sie mit genauer Zutatenkontrolle bekömmliche und leckere Speisen für sich selbst und ihre „Mitgenießer“ zubereiten können. Das von Stephan Preuß illustrierte Buch ist ein Hingucker und seine Illustrationen verführen zum spontanen Nachkochen und Schmausen.

ISBN/EAN: 978-3-930896-25-7.

Bestellungen über den Buchhandel oder direkt beim Verlag:

[ars.bonae.curae@t-online.de](mailto:ars.bonae.curae@t-online.de)

Download and Read Online Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche Herman Mestrom, Bernard Hamm #CX8SBMIQ6FL

Lesen Sie Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche von Herman Mestrom, Bernard Hamm für online ebook  
Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche von Herman Mestrom, Bernard Hamm  
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  
Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche von Herman Mestrom, Bernard Hamm Bücher online zu lesen.  
Online Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche von Herman Mestrom, Bernard Hamm ebook PDF herunterladen  
Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche von Herman Mestrom, Bernard Hamm Doc  
Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche von Herman Mestrom, Bernard Hamm Mobipocket  
Genussvoll Essen nach Magen- und Darmoperation: Leckere Kochrezepte für jeden Tag und jede Küche von Herman Mestrom, Bernard Hamm EPub