



Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen

 **Download**

 **Online Lesen**

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

Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen

Thomas Ellrott, Birgit Ellrott

Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen Thomas Ellrott, Birgit Ellrott

 **Download** [Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alt ...pdf](#)

 **Online lesen** [Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen A ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen Thomas Ellrott, Birgit Ellrott

180 Seiten

Kurzbeschreibung

Die Regale in unseren Supermärkten bieten in jedem Bereich ein vielfältiges Angebot, auch in punkto Fettgehalt. Doch auf vielen Verpackungen ist leider fast nie ein Nährwertgehalt abgedruckt. Auch der Hinweis auf Vollkorn bedeutet nicht automatisch fettarm, denn viele Vollkornprodukte sind reich an Nüssen und mit viel Fett hergestellt. Für den ernährungsbewussten Verbraucher ist es daher oft schwierig, die fettreichen Lebensmittel von den fettarmen zu unterscheiden. So ist der Erfolg einer Diät schnell verfliegen, wenn man sich hinterher nicht an einer fettarmen Ernährung orientieren kann. Dieses Buch ist ein informativer Begleiter bei jedem Rundgang durch die klassischen Regale eines typischen deutschen Supermarktes. Beispielhaft werden an jedem Regal und für jede relevante Lebensmittelgruppe fettarme Alternativen für fettreiche Lebensmittel vorgestellt.

Download and Read Online Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen Thomas Ellrott, Birgit Ellrott #KTJ6C0SZU1W

Lesen Sie Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen von Thomas Ellrott, Birgit Ellrott für online ebook Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen von Thomas Ellrott, Birgit Ellrott 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 Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen von Thomas Ellrott, Birgit Ellrott Bücher online zu lesen. Online Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen von Thomas Ellrott, Birgit Ellrott ebook PDF herunterladen Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen von Thomas Ellrott, Birgit Ellrott Doc Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen von Thomas Ellrott, Birgit Ellrott Mobipocket Fettfalle Supermarkt: Finden Sie die fettarmen Alternativen von Thomas Ellrott, Birgit Ellrott EPub