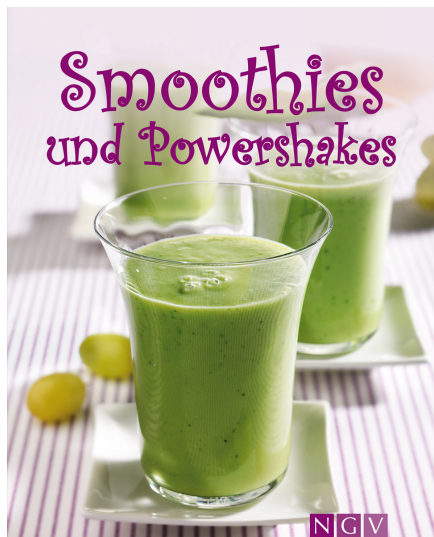

Smoothies & Powershakes

Fruchtige Smoothies, Grüne Smoothies, Powerdrinks & Co. - Farbenfrohe Vitaminbomben



- Über 100 abwechslungsreiche Smoothie- und Powershake-Rezepte
- Von klassischen Smoothies über Power-Smoothies, Smoothies deluxe, grüne Smoothies bis hin zu Saftshakes und Mixideen mit Milch
- Liebevoll gestaltete Rezeptsammlung mit brillanten Fotos

Smoothies sind pure Energie aus dem Glas. Aus ganzen Früchten frisch zubereitet und mit Wasser, frischem Saft oder Milch verlängert, liefern sie unserem Körper wichtige Mineralien, Vital- und Ballaststoffe. Auch die trendigen grünen Smoothies mit gesundem Blattgemüse überzeugen als wahre Fitmacher im Rahmen der basischen Ernährung. Wohlbefinden, Genuss und Spaß an größtmöglicher Variationsmöglichkeit verbinden sich hier zu farbenfrohen Vitaminbomben, die das ganze Jahr über Groß und Klein begeistern.

Wer's frisch und fruchtig mag, liegt mit den über 100 Rezepten aus diesem eBook genau richtig. Mixen, shaken und genießen Sie echte Vitaminkicks für Ihr Wohlbefinden!

Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH

240 Seiten, Format EPUB
ISBN: 978-3-8155-8731-7

4,99 EURO