



Tanja Braune

Eis selbstgemacht ohne Zucker
100 Rezepte ohne künstliche Zusatzstoffe

Franz. Broschur
16,5 x 21 cm; 96 Seiten
ISBN 978-3-7088-0760-7
Kneipp Verlag Wien
€ 15,00

So schmeckt der Sommer: süß, frisch, gesund und kalorienarm

Gelingt auch ohne Eismaschine wunderbar!

Eis essen, ganz ohne Reue? Das geht, denn bewusste Ernährung und süßer Genuss müssen keine Gegensätze mehr sein. Mit diesen coolen Rezeptideen weiß man ganz genau, wie viele frische Zutaten in der Eiskugel stecken. Das Eis von heute braucht auch keinen weißen Haushaltszucker mehr, sondern wird mit gesunden Zuckeralternativen ganz natürlich gesüßt – und schmeckt so gleich viel besser!

Eiskreationen für die schlanke Linie

Die Autorin:

Tanja Braune ist langjährige Gesundheitsjournalistin und Buchautorin. In ihren Kochbüchern versucht sie, gesunden Genuss und genussvolle Gesundheit zu kredenzen – diesmal in Form von Eis.



© Alex Braune

Rückfragehinweis:

Elisabeth Katzensteiner | Presse | Styria Buchverlage

E-Mail: e.katzensteiner@styriabooks.at | Tel.: +43 1 512 88 08-83