



## **Meine basische Küche: Die besten 170 Rezepte für Ihre Säure-Basen-Balance**

 **Download**

 **Online Lesen**

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



## **Downloaden und kostenlos lesen Meine basische Küche: Die besten 170 Rezepte für Ihre Säure-Basen-Balance Sabine Wacker**

---

160 Seiten

Kurzbeschreibung

Gestärkt in den Tag: Beginnen Sie den Tag mit Basenpower - leckere Säfte, Shakes und Müslis legen die optimale Grundlage für einen gesunden Tag.

Gemüse satt: Als Salat oder Suppe, mit Pasta oder Getreide, Fleisch oder Fisch - mit Gemüse lassen sich die tollsten basische Köstlichkeit zaubern - lassen Sie sich inspirieren!

Basisch punkten: Jedes Rezept wird mit Basenpunkten bewertet, die Ihnen auf einen Blick zeigen, wie stark oder schwach basisch das Gericht ist. So können Sie jeden Tag Ihre ganz persönliche "Basenbilanz" ziehen.

Sabine Wacker ist Heilpraktikerin mit Medizinstudium (1. Staatsexamen). Sie hat sich auf Ernährungsberatung und Entgiftungstherapien spezialisiert. Zusammen mit ihrem Mann Dr. med. Andreas Wacker hat sie Basenfasten - Die Wacker-Methode® - entwickelt. Bei Haug sind zur Wacker-Methode® acht Titel erschienen, außerdem: "In Balance mit Schüßler-Salzen" und "Natürlich entgiften".

Sauer macht lustig? Von wegen!

Zu viele Säuren im Körper führen eher zu hängenden Mundwinkeln: Wir schlafen schlecht, unser Haar wird spröde, der Stoffwechsel träge - wir fühlen uns schlapp. Wer gegensteuern will, setzt auf diese bewährte Formel: 80 % basische Lebensmittel, 20 % dürfen sauer sein. Über den Autor und weitere Mitwirkende Sabine Wacker ist Heilpraktikerin mit Medizinstudium (1. Staatsexamen). Sie hat sich auf Ernährungsberatung und Entgiftungstherapien spezialisiert. Zusammen mit ihrem Mann Dr. med. Andreas Wacker hat sie Basenfasten - Die Wacker-Methode® - entwickelt. Bei Haug sind zur Wacker-Methode® acht Titel erschienen, außerdem: "In Balance mit Schüßler-Salzen" und "Natürlich entgiften".

Download and Read Online Meine basische Küche: Die besten 170 Rezepte für Ihre Säure-Basen-Balance Sabine Wacker #GOTLYNBP9F7

Lesen Sie Meine basische Küche: Die besten 170 Rezepte für Ihre Säure-Basen-Balance von Sabine Wacker für online ebook Meine basische Küche: Die besten 170 Rezepte für Ihre Säure-Basen-Balance von Sabine Wacker 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 Meine basische Küche: Die besten 170 Rezepte für Ihre Säure-Basen-Balance von Sabine Wacker Bücher online zu lesen. Online Meine basische Küche: Die besten 170 Rezepte für Ihre Säure-Basen-Balance von Sabine Wacker ebook PDF herunterladen Meine basische Küche: Die besten 170 Rezepte für Ihre Säure-Basen-Balance von Sabine Wacker Doc Meine basische Küche: Die besten 170 Rezepte für Ihre Säure-Basen-Balance von Sabine Wacker Mobipocket Meine basische Küche: Die besten 170 Rezepte für Ihre Säure-Basen-Balance von Sabine Wacker EPub