

Start > Newsbeitrag > Leichter durchs Leben kochen!

Unternehmensgrundsätze

Online Campus

Ausbildungen

Fernstudiengänge

Standorte

Tutoren

Dozenten

Bildungspartner

Unser Bildungskatalog



jetzt anfordern

Unsere Standorte



Pressemitteilung

Leichter durchs Leben kochen!

Mittwoch, 24. Juni 2015

zurück

Wir freuen uns, euch heute das neue Kochbuch unserer Dozentin und Tutorin Birgit Becker vorstellen zu dürfen. Birgit ist Sport- und Ernährungsberaterin und hat eine sehr interessante Rezeptsammlung veröffentlicht.

Birgit wurde von ihren Kunden schon oft nach leckeren und leichten Rezepten gefragt. Dadurch kam sie auf die Idee ein eigenes Rezeptheft zu veröffentlichen. Da die Autorin selbst Zöliakiebetreffene ist, sind die Rezepte auch für eine glutenfreie Ernährung geeignet.

Wer fleißig trainiert und sich gesund und ausgewogen ernährt muss sich auch mal etwas "gönnen" dürfen. Auch das wird in der Rezeptsammlung berücksichtigt, somit ist das Rezeptbuch auf verschiedene Lebensumstände ausgerichtet. Daher findest du leckere Rezepte für das Frühstück und - to go; Grüße vom Herd und Süße Backwaren / Desserts.

Wer Interesse daran hat, leckere glutenfreie Rezepte nachzukochen, kann die Rezeptsammlung "Leichter durchs Leben kochen" als Kindle Version bei amazon bestellen. Hier gehts zur Bestellung

Falls du kein Kindle zur Verfügung hast, kannst du auch eine digitale oder Printversion über die e-mailadresse: sport-und-ernaehrungsberatung-bb@web.de anfordern.

Wir wünschen Birgit weiterhin viel Erfolg und euch viel Spaß beim nachkochen. :-)

Viele Grüße Euer Team der Academy of Sports

