



[Giancarlo Caldesi](#), Katie Caldesi

Richtig gut kochen bei Diabetes

Genussvoll essen Tag für Tag

Diabetes-Kochbuch für Einsteiger

Abwechslungsreich essen trotz Diabetes? In diesem **Diabetes-Kochbuch** zeigt der **Koch Giancarlo Caldesi**, wie Sie durch eine **kohlenhydratarmer Ernährung** Ihren Gesundheitszustand positiv beeinflussen. Mit viel kulinarischer Kreativität hat der **Experte der italienischen Küche** seine Diabetes in den Griff bekommen und dabei **über 100 köstliche Rezepte** kreiert: Rosmarin-Focaccia, Auberginen-Lasagne oder sogar Himbeer-Sahne-Torte machen Ihre Umstellung zu einem kulinarischen Erlebnis.

Gesund & lecker Essen bei Diabetes

Umdenken statt Verzagen – das war und ist das Motto des **Autors Giancarlo Caldesi**, seit er vor mehreren Jahren von seiner Diabetes-Typ-2-Erkrankung erfuhr. Dabei herausgekommen ist ein **fundierter Diabetiker-Leitfaden** und der **perfekte Einstieg** für die **optimale Diabetes-Ernährung**. Die perfekte Kombination aus Genuss und Ausgewogenheit!



- **Vielfältige Rezepte für Diabetiker:** Ob Pizza, Hackbällchen oder Spinat-Pasta und Vanille-Eis – über 100 Rezepte präsentieren gesunde und köstliche Gerichte für Diabetiker.
- **Wissenschaftliche Fakten zur richtigen Diabetes-Ernährung:** Eine Ernährungswissenschaftlerin klärt in ausführlichen Übersichten darüber auf, worauf es bei der Ernährungsumstellung bei Diabetes ankommt.
- **Hilfreiche Erfahrungsberichte von den Autoren:** Katie und Giancarlo Caldesi sind Restaurantbesitzer und betreiben eine italienische Kochschule. Zusammen erzählen sie, wie sie positiv mit der Diagnose Diabetes Typ 2 umgehen und wie auch Sie ein Leben voller Genuss und Vitalität führen können.

Gewinnen Sie mit bewusster Ernährung die Kontrolle über Ihren Körper zurück – das ultimative Kochbuch für Diabetiker!

[Giancarlo Caldesi](#), Katie Caldesi

Richtig gut kochen bei Diabetes

Genussvoll essen Tag für Tag

ISBN 978-3-8310-4174-9
208 Seiten, 199 x 243 mm
Über 150 farbige Fotos
€ 19,95 (D) / € 20,60 (A)