



DK Verlag (Hrsg.), Ilona Chovancova, Jessie Kanelos Weiner, Lene Knudsen

Infused Water, Eistee & Co.

Eine Kanne - 80 Rezepte. Einfache Rezepte für gesunde und köstliche Erfrischungsgetränke zuckerarm und mit wenig Kalorien

Gesunde Erfrischungsgetränke für jeden Tag

- Voller natürlicher Aromen: **Über 80 einfache Rezepte** für gesunde Getränke - **zuckerarm und absolut köstlich**
- Ingwer-Limetten-Eistee oder Melone-Basilikum-Wasser: Die leckeren Drinks enthalten **wertvolle Vitamine und Nährstoffe** und kaum Kalorien
- **Ausreichend trinken:** für alle, die sich gesundheits- und kalorienbewusst ernähren wollen und denen reines Wassertrinken zu langweilig ist

Eistee selber machen

Wer **ausreichend trinkt**, ist gesünder und fitter. Doch viele Menschen schaffen das nicht oder greifen zu stark gesüßten Getränken. Dieses Buch macht Schluss damit: Es enthält über 80 Rezepte für **Infused Waters, Eistees und viele weitere köstliche Drinks**, die ganz **leicht selbst gemacht** werden können. Einfach Obst, Gemüse, Kräuter oder Gewürze vorbereiten, mit Wasser übergießen und ziehen lassen - fertig ist die gesunde und aromatische Erfrischung. Und das Beste: Die Zutaten geben nicht nur Aroma, sie **liefern auch viele wertvolle Vitamine und Nährstoffe**. So wird das Wassertrinken zum puren Genuss - **fast ohne Zucker und Kalorien!**



Erfrischungsgetränke selber machen: tolle Rezeptideen für über 80 Eistees, Infused Waters und Detox-Drinks.

DK Verlag (Hrsg.), Ilona Chovancova, Jessie Kanelos Weiner, Lene Knudsen

Infused Water, Eistee & Co.

Eine Kanne - 80 Rezepte. Einfache Rezepte für gesunde und köstliche Erfrischungsgetränke zuckerarm und mit wenig Kalorien

ISBN 978-3-8310-4920-2
192 Seiten, 207 x 220 mm
Mit farbigen Fotografien
€ 16,95 (D) / € 17,50 (A)