DK Verlag (Hrsg.), Sam Dixon

Healthy Everyday. Glutenfrei ganz einfach

70 leckere Rezepte – schnell, nährstoffreich, glutenfrei. Glutenfrei genießen für jeden Tag

Glutenfrei kochen – einfach wie nie
• **Ernährung bei Zöliakie** , Weizenallergie & Co: Das Kochbuch für eine ausgewogene **glutenfreie Ernährung**
• Von Hafer-Pancakes über Kürbis-Gnocchi bis Schokobrownies: 70 leckere **glutenfreie Rezepte** für jeden Anlass
• **Gesund essen** : Zutaten wie **glutenfreies Getreide** und Hülsenfrüchte sowie frisches Obst und Gemüse liefern alle wichtigen Nährstoffe
• **Fachlich fundiert** : Gemeinsam mit einer Ernährungswissenschaftlerin entwickelt

Kein Gluten? Kein Problem!
Immer mehr Menschen leiden heutzutage an **Zöliakie** , **Glutenunverträglichkeit** oder einer **Weizenallergie.** Kein Grund zur Sorge! Dieses Kochbuch zeigt, wie einfach und lecker eine **glutenfreie Ernährung** sein kann. Ob Kokos-Chiapudding zum Frühstück, Bohnen-Eintopf mit Chorizo oder fruchtiger Pistazienkuchen mit Clementinen Hier finden sich **70 alltagstaugliche Rezepte** für abwechslungsreiche und gesunde **glutenfreie Gerichte** . Das Geheimnis? Die Rezepte verwenden **glutenfreie Lebensmittel** , die alle wichtigen Nährstoffe liefern und in jedem Supermarkt zu finden sind. Das **glutenfreie Kochbuch** ist ein Muss für alle, die sich **glutenfrei ernähren** oder ihre Ernährung bewusster gestalten möchten. So einfach geht **glutenfreie Ernährung** heute!

Glutenfrei genießen leicht gemacht: Köstliche glutenfreie Rezepte für jeden Tag

Dieses Buch ist Teil der Reihe „healthy everyday“.

DK Verlag (Hrsg.), Sam Dixon

Healthy Everyday. Glutenfrei ganz einfach

70 leckere Rezepte – schnell, nährstoffreich, glutenfrei. Glutenfrei genießen für jeden Tag

ISBN 978-3-8310-5528-9
176 Seiten, 170 x 217 mm
Mit farbigen Fotos
€ 15,00 (D) / € 15,50 (A)
Erscheint am 28.12.2026