



Das große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch



Download



Online Lesen

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

Das große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch

Franca Mangiameli, Heike Lemberger

Das große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch Franca Mangiameli, Heike Lemberger

 **Download** [Das große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Gril ...pdf](#)

 **Online lesen** [Das große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Gr ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Das große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch Franca Mangiameli, Heike Lemberger

176 Seiten

Kurzbeschreibung

Glücklich und schlank in die Outdoor-Küche! Heißgeliebte Grillrezepte auf die LOGI-Art. Das große LOGI-Grillbuch der beiden Erfolgsautorinnen Heike Lemberger und Franca Mangiameli macht jeden Grill-Abend zum unvergesslichen LOGI-Event für lowcarb-Genießer und figurbewusste Gesundesser. Über 100 neue Lieblingsrezepte vom Grill für LOGI-Freiluftfans - mit Fleisch, Fisch oder einfach vegetarisch, mal mediterran gewürzt, mal indisch angehaucht, mal thailändisch geschärft oder raffiniert und süß mit Obst. Die beiden Autorinnen räumen zudem mit Mythen rund um das Thema Fleisch auf, untermauern wissenschaftlich fundiert den Gesundheitswert von Fleisch und Fisch und zeigen Ihnen wie Sie ohne schlechtes Gewissen gesund grillen bei vollem Geschmack. - Das neueste Werk aus der erfolgreichen LOGI-Reihe im systemed Verlag - Viele heißgeliebte Grillklassiker neu interpretiert auf LOGI-Art - Spannende LOGI-Alternativen zu typischen Figur- und Gesundheitssünden am Grill. - Mit ausführlichem Theorie- und Wissensteil Über den Autor und weitere Mitwirkende

Franca Mangiameli studierte Oecotrophologie in Gießen und ist 2001 mit dem Oecotrophica-Preis ausgezeichnet worden. Seit 1999 leitet sie ein Studio für Ernährungsberatung in Gießen. Gemeinsam mit Dr. Nicolai Worm und Heike Lemberger bildet Franca Mangiameli Ärzte, Oecotrophologen, Apotheker et cetera zu zertifizierten LOGI-Trainern aus. Für Fernsehproduktionen auf RTL, RTL2 und VOX wirkte sie hinter und vor der Kamera als Ernährungsexpertin mit. Für die CMA und Bild am Sonntag tourte sie als »Haushalts-Nanny« durch Deutschland, und im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Verbraucherschutz war sie mit den »Biokids« on Tour.

Heike Lemberger studierte Oecotrophologie in Münster und ist Leiterin der ernährungswissenschaftlichen Abteilung des Instituts für Sport- und Bewegungsmedizin an der Universität Hamburg. Unter anderem betreut sie dort Freizeit- und Profisportler sowie Patienten mit ernährungsabhängigen Erkrankungen. Die Autorin und Referentin hält Vorlesungen zum Thema Sport und Ernährung im Fachbereich Bewegungswissenschaft, wirkt an Studien und Recherchen mit, organisiert sportmedizinische Fachkongresse und führt gesundheits- und leistungsdiagnostische Untersuchungen auf dem Gebiet der Sportmedizin durch. Download and Read Online Das große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch Franca Mangiameli, Heike Lemberger #GCBUXOK5W41

Lesen Sie Das große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch von Franca Mangiameli, Heike Lemberger für online ebookDas große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch von Franca Mangiameli, Heike Lemberger 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 Das große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch von Franca Mangiameli, Heike Lemberger Bücher online zu lesen.Online Das große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch von Franca Mangiameli, Heike Lemberger ebook PDF herunterladenDas große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch von Franca Mangiameli, Heike Lemberger DocDas große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch von Franca Mangiameli, Heike Lemberger MobipocketDas große LOGI-Grillbuch: 120 heiß geliebte Grillrezepte rund um Gemüse, Fisch und Fleisch von Franca Mangiameli, Heike Lemberger EPub