

[» Rezension schreiben](#)



Das große Diabetes-Kochbuch

Autoren: Sven-David Müller · Christiane Weißenberger

Über 100 köstliche Rezepte mit Nährwerten und Proteineinheiten
Alle Rezepte sind für Typ 1- und Typ 2- Diabetiker geeignet
Aktuelle Informationen über eine diabetesgerechte Ernährungsweise

Verlag: [Schlüttersche Verlagsgesellschaft](#)

224 Seiten, 193 Farbfotos, 17,0 x 24,0 cm, Hardcover
ISBN 978-3-89993-561-5
EUR 19,90 / sFr 21,90

Erschienen März 2009

Das große ...Diabetes-Kochbuch

Diabetiker müssen heute keine strenge Diät mehr halten. Die moderne Auswahl der empfohlenen Lebensmittel ist so abwechslungsreich, ausgewogen und liefert so viele Vitalstoffe, dass die Gerichte nicht nur gesund sind, sondern auch lecker!

Das große Diabetes-Kochbuch richtet sich an alle Fans der deutschen Küche, mit Lieblingsrezepten aus dem Mittelmeerraum. Die leckeren Rezepte sind gleichermaßen für Typ-1- und Typ-2-Diabetiker geeignet. Alle Rezepte sind zuckerfrei, relativ fettarm sowie kohlenhydrat- und kalorienberechnet. Die Zutaten sind ballaststoffreich und enthalten viele lebensnotwendige Vitamine und Mineralstoffe. Sie helfen so auch beim Abnehmen.

Neben den alltagsgerechten, abwechslungsreichen Kochrezepten erklären die Autoren anschaulich und leicht verständlich die medizinischen Zusammenhänge und die wichtigsten Grundsätze der Ernährung bei Diabetes. Alles nach neuesten Erkenntnissen und mit Nährwert- und BE-Angaben pro Portion.

Aus dem Inhalt:

- Diabetes – die wichtigsten Fakten
- Diabetesgerechte Ernährungsweise
- Fit in den Tag – Frühstücksvariationen

- Leckere Mittagessen mit Fleisch, Geflügel und Fisch
- Leichte Abendessen
- Suppen, Salate und Snacks
- Soßen, Dips und Dressings
- Desserts, Kuchen und Gebäck

Die Autoren

Diätassistent Sven-David Müller, Autor zahlreicher Ernährungsratgeber, wurde mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet für seine besonderen Verdienste um die Volksgesundheit, insbesondere im Bereich Ernährungsaufklärung und Diabetes mellitus.

Christiane Weißenberger arbeitet als Diät- und Diabetesassistentin in einer zertifizierten diabetologischen Schwerpunktpraxis. Sie ist spezialisiert auf die Beratung von Diabetikern und Menschen, die unter Stoffwechselstörungen leiden.

Quelle: [Schlütersche Verlagsgesellschaft](#)

Veröffentlicht am:

12:57:29 24.06.2009 von AP Redaktion

Letzte Aktualisierung

12:57:29 24.06.2009

<http://www.adipositas-page.de/index.php?page=777&pdfview=1>