



Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8)

Aléna Ènn

 **Download**

 **Online Lesen**

**Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern -
Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten
(Gesund & Fit mit Smoothies 8) Aléna Ènn**

 [Download Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit
...pdf](#)

 [Online Lesen Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte m
...pdf](#)

Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8)

Aléna Ènn

Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8) Aléna Ènn

Downloaden und kostenlos lesen Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8) Aléna Ènn

Format: Kindle eBook

Kurzbeschreibung

***** Nr. 1 Bestseller in „GESUNDHEIT & FITNESS“ *****

***** 60 Rezepte für Grüne Smoothies mit Wildkräutern *****

***** Bereits über 25.000 begeisterte Leser *****

Über das Buch:

Grüne Smoothies mit Wildkräutern

Smoothies liegen im Trend. Sie sind lecker und super gesund. Aber wussten Sie schon, dass Sie die Powerdrinks nochmals extrem aufwerten können? Und das mit Zutaten, die kostenlos direkt vor Ihrer Haustür wachsen? Die Rede ist natürlich von Wildkräutern! Was lange Zeit als Unkraut galt, ist in Wirklichkeit ein gesunder Vitaminspender. Hier erfahren Sie, welche Wildkräuter sich am besten für Smoothies eignen und welche köstlichen Drinks sich damit herstellen lassen.

Wildkräuter Smoothies sind ein gesunder Genuss

In diesem Buch finden Sie die besten Rezepte für leckere und supergesunde Wildkräuter Smoothies. Sie sind wahre Vitalstoff-Wunder und stecken voller Vitamine, Mineralien und sekundärer Pflanzenstoffe. Erfahren Sie zu jedem Rezept detailliert, wie es wirkt und welche Eigenschaften die verwendeten Zutaten haben.

Entdecken Sie die geheime Pflanzenkraft der Wildkräuter!

Wildkräuter Smoothies sind lecker, extrem gesund und lassen sich einfach zubereiten. Damit Sie immer die richtigen Zutaten zur Hand haben, stellt Ihnen dieses eBook die verwendeten Wildkräuter genau vor. Inklusive Tipps zum Sammeln und Aufbewahren. So einfach kann gesunde Ernährung sein! Neugierig? Dann klicken Sie oben auf „Blick ins Buch“ und erfahren Sie mehr!

Auszug aus dem Inhalt:

Gesund und lecker: Smoothies mit Wildkräutern

Warum Wildkräuter-Smoothies so gesund sind

Was genau sind Wildkräuter?

Wildkräuter erkennen und bestimmen

Wildkräuter finden und sammeln

Wildkräuter richtig lagern

Welche Wildkräuter verwenden?

Löwenzahn

Giersch / Geißfuß / Dreiblatt

Brennnessel

Gänseblümchen

Pfefferminze

Gundermann / Gundelrebe
Sauerampfer
Wegerich
Birke
Linde
Holunder

Grundlagen der Zubereitung

Der Mixer
Die Zutaten
Die Zubereitung

Smoothie-Rezepte

Himbeer-Smoothie mit Minze
Grüner Pfirsich-Smoothie
Apfel-Joghurt-Shake
Blüten-Smoothie
Happy Kiwi Smoothie
Karibik-Traum
Löwenzahn trifft Kokosnuss
Detox-Wunder
Mint-Cooler
Sauerampfer-Gurken-Smoothie
Kokos-Erdbeer-Smoothie
Birnen-Linden-Smoothie
Mangold-Minze-Mix
Johannisbeer-Smoothie mit Matcha
Sonnenanbeter-Smoothie
Frühstücks-Smoothie
Melonen-Giersch-Smoothie
Tomaten-Basilikum-Drink
Immun-Booster
Ananas-Smoothie mit Holunderblüten
Brennnessel-Kirsch-Smoothie
Melonen-Traum
Wild Apple
Mandarinen-Chia-Smoothie
Mandel-Blütenraum
Kiwi Cooler
Mango-Mandarinen-Drink mit Chia
Elderflower Cooler
Mango Fizz
Johannisbeeren-Shake

Bonuskapitel I: Die 10 besten Frozen Smoothies

Beeren-Sorbet mit Schokolade
Frozen Yoghurt with Berries
Cremiger KiBa-Shake
Matcha Kiwi Cooler

Grapefruit-Chia-Drink

Bonuskapitel II: Die 8 besten Lebensmittel für Ihre Gesundheit

Mango

Möhren

Nüsse und Mandeln

Hafer

u.v.m.

Dieses Buch ist kompatibel mit jedem PC, Mac, Smartphone, Tablet oder Kindle E-Reader. Ggf. benötigen Sie die Kindl-Leseapp, die Sie kostenlos auf dieser Seite herunterladen können.

Kurzbeschreibung

***** Nr. 1 Bestseller in „GESUNDHEIT & FITNESS“ *****

***** 60 Rezepte für Grüne Smoothies mit Wildkräutern *****

***** Bereits über 25.000 begeisterte Leser *****

Über das Buch:

Grüne Smoothies mit Wildkräutern

Smoothies liegen im Trend. Sie sind lecker und super gesund. Aber wussten Sie schon, dass Sie die Powerdrinks nochmals extrem aufwerten können? Und das mit Zutaten, die kostenlos direkt vor Ihrer Haustür wachsen? Die Rede ist natürlich von Wildkräutern! Was lange Zeit als Unkraut galt, ist in Wirklichkeit ein gesunder Vitaminspender. Hier erfahren Sie, welche Wildkräuter sich am besten für Smoothies eignen und welche köstlichen Drinks sich damit herstellen lassen.

Wildkräuter Smoothies sind ein gesunder Genuss

In diesem Buch finden Sie die besten Rezepte für leckere und supergesunde Wildkräuter Smoothies. Sie sind wahre Vitalstoff-Wunder und stecken voller Vitamine, Mineralien und sekundärer Pflanzenstoffe. Erfahren Sie zu jedem Rezept detailliert, wie es wirkt und welche Eigenschaften die verwendeten Zutaten haben.

Entdecken Sie die geheime Pflanzenkraft der Wildkräuter!

Wildkräuter Smoothies sind lecker, extrem gesund und lassen sich einfach zubereiten. Damit Sie immer die richtigen Zutaten zur Hand haben, stellt Ihnen dieses eBook die verwendeten Wildkräuter genau vor. Inklusive Tipps zum Sammeln und Aufbewahren. So einfach kann gesunde Ernährung sein! Neugierig? Dann klicken Sie oben auf „Blick ins Buch“ und erfahren Sie mehr!

Auszug aus dem Inhalt:

Gesund und lecker: Smoothies mit Wildkräutern

Warum Wildkräuter-Smoothies so gesund sind

Was genau sind Wildkräuter?

Wildkräuter erkennen und bestimmen

Wildkräuter finden und sammeln

Wildkräuter richtig lagern

Welche Wildkräuter verwenden?

Löwenzahn
Giersch / Geißfuß / Dreiblatt
Brennnessel
Gänseblümchen
Pfefferminze
Gundermann / Gundelrebe
Sauerampfer
Wegerich
Birke
Linde
Holunder

Grundlagen der Zubereitung

Der Mixer
Die Zutaten
Die Zubereitung

Smoothie-Rezepte

Himbeer-Smoothie mit Minze
Grüner Pfirsich-Smoothie
Apfel-Joghurt-Shake
Blüten-Smoothie
Happy Kiwi Smoothie
Karibik-Traum
Löwenzahn trifft Kokosnuss
Detox-Wunder
Mint-Cooler
Sauerampfer-Gurken-Smoothie
Kokos-Erdbeer-Smoothie
Birnen-Linden-Smoothie
Mangold-Minze-Mix
Johannisbeer-Smoothie mit Matcha
Sonnenanbeter-Smoothie
Frühstücks-Smoothie
Melonen-Giersch-Smoothie
Tomaten-Basilikum-Drink
Immun-Booster
Ananas-Smoothie mit Holunderblüten
Brennnessel-Kirsch-Smoothie
Melonen-Traum
Wild Apple
Mandarinen-Chia-Smoothie
Mandel-Blütentraum
Kiwi Cooler
Mango-Mandarinen-Drink mit Chia
Elderflower Cooler
Mango Fizz
Johannisbeeren-Shake

Bonuskapitel I: Die 10 besten Frozen Smoothies

Beeren-Sorbet mit Schokolade

Frozen Yoghurt with Berries

Cremiger KiBa-Shake

Matcha Kiwi Cooler

Grapefruit-Chia-Drink

Bonuskapitel II: Die 8 besten Lebensmittel für Ihre Gesundheit

Mango

Möhren

Nüsse und Mandeln

Hafer

u.v.m.

Dieses Buch ist kompatibel mit jedem PC, Mac, Smartphone, Tablet oder Kindle E-Reader. Ggf. benötigen Sie die Kindl-Leseapp, die Sie kostenlos auf dieser Seite herunterladen können.

Download and Read Online Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8)
Aléna Ènn #XQA7PTYML6H

Lesen Sie Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8) von Aléna Ènn für online ebook
Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8) von Aléna Ènn 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
Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8) von Aléna Ènn Bücher online zu lesen.
Online Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8) von Aléna Ènn ebook PDF herunterladen
Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8) von Aléna Ènn Doc
Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8) von Aléna Ènn Mobipocket
Wildkräuter Smoothies: Die besten Smoothie Rezepte mit Wildkräutern - Rezeptbuch für grüne Smoothies und Powershakes für alle Jahreszeiten (Gesund & Fit mit Smoothies 8) von Aléna Ènn EPub