



**Das große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie**



**Download**



**Online Lesen**

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

# Das große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie

*Sven-David Müller, Christiane Weißenberger*

**Das große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie** Sven-David Müller, Christiane Weißenberger

 [Download Das große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wich ...pdf](#)

 [Online lesen Das große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wi ...pdf](#)

**Downloaden und kostenlos lesen Das große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie Sven-David Müller, Christiane Weißenberger**

---

200 Seiten

Kurzbeschreibung

Wie bekomme ich meinen Bluthochdruck durch eine gezielte Ernährung in den Griff? Das große Kochbuch gegen Bluthochdruck informiert zuverlässig über die Krankheit und erklärt, wie Sie zu hohe Blutdruckwerte durch eine gesunde Ernährung positiv beeinflussen können. Mit viel Obst und Gemüse sowie weniger Fett, Fleisch und Süßigkeiten regulieren Sie Ihren Bluthochdruck. Gut sind Lebensmittel, die Magnesium und Kalium enthalten. Auf dieser Basis haben die Autoren Sven-David Müller und Christiane Weißenberger viele Lieblingsrezepte entschärft. Und: Sie zeigen, dass eine herzfremdliche Ernährung und Genuss keineswegs im Widerspruch stehen. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Sven-David Müller ist Diätassistent und hat Angewandte Ernährungsmedizin studiert. Er ist Bestseller-Autor von mehr als 170 Büchern, die in zahlreichen Sprachen erschienen sind. 2005 erhielt er das Bundesverdienstkreuz für seine besonderen Verdienste um die Volksgesundheit, insbesondere im Bereich Ernährungsaufklärung. Christiane Weißenberger arbeitet als Diät- und Diabetesassistentin in einer diabetologischen Schwerpunktpraxis in Würzburg. Zusammen mit Sven-David Müller hat die Rezept-Expertin bereits zahlreiche Ernährungsratgeber veröffentlicht.

Download and Read Online Das große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie Sven-David Müller, Christiane Weißenberger #SHBOUF5WIPT

Lesen Sie Das große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie von Sven-David Müller, Christiane Weissenberger für online ebookDas große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie von Sven-David Müller, Christiane Weissenberger 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 Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie von Sven-David Müller, Christiane Weissenberger Bücher online zu lesen.Online Das große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie von Sven-David Müller, Christiane Weissenberger ebook PDF herunterladenDas große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie von Sven-David Müller, Christiane Weissenberger DocDas große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie von Sven-David Müller, Christiane Weissenberger MobipocketDas große Kochbuch gegen Bluthochdruck: Alle wichtigen Informationen für eine blutdrucksenkende Ernährung. 130 Rezepte für die ganze Familie von Sven-David Müller, Christiane Weissenberger EPub