



Saftladen

DEUTSCHLANDS SAFTEXPERTIN!

Diana Pyter zeigt anhand vieler verschiedener Rezepte auf, wie man mit Entsafter, Mixer & Co gesunde, salz- und zuckerarme Säfte, Smoothies, Desserts, Shots, Suppen und Breie zubereitet – Body Booster, Avocado-Suppe, Brombeer-Eis, Kurkuma-Shot und vieles mehr erwarten Sie. Das Buch enthält auch Videos, die mit der Freya-Bücher-App abgerufen werden können – darin werden die Rezepte und Inhaltsstoffe von der Autorin selbst näher erklärt und anschaulich dargestellt.

Frisch gepresste Obst- und Gemüse-Mischungen bewirken viele positive Effekte im Körper: Sie helfen beim Entgiften und beim Fasten, sie unterstützen den Aufbau eines guten Immunsystems und sind Vitaminbomben und Muntermacher.

DIANA PYTER

Diana Pyter arbeitet seit mehr als 25 Jahren als Journalistin und Autorin. Sie beschäftigt sich seit vielen Jahren mit gesunder Ernährung und einer bewussten Lebensweise. Ihr Wissen und ihre positiven Erfahrungen mit frisch gepressten Säften, Smoothies, Suppen und Shots sowie vitalstoffreicher Ernährung im Allgemeinen gibt die studierte Germanistin und Kommunikationswissenschaftlerin über ihre Firma HAPPY VITA sowie im Rahmen von Vorträgen weiter.

KONTAKT ZUR AUTORIN:

Email: info@happy-vita.de
Web: <https://happy-vita.de/>



Diana Pyter
Saftladen
Vitalstoffreiche Rezepte für mehr Energie, Anti-Aging und ein gutes Immunsystem
Format: 17 x 22 cm
Flexocover, 168 Seiten,
Fadenheftung,
durchgehend vierfärbig,
viele Fotos
ISBN: 978-3-99025-327-4
Preis: € 16,90

PRESSEKONTAKT & MATERIALBESTELLUNG

Freya Verlag GmbH, presse@freya.at, +43 732 781108-0

Wir bitten herzlich um Erwähnung des Titels und freuen uns sehr, wenn Sie ein Belegexemplar anfordern. Abdruck honorarfrei bei Nennung des Verlags.

