



## Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs

*Maja Nett, Nina Engels*

 **Download**

 **Online Lesen**

**Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs** Maja Nett, Nina Engels

 [Download Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Reze  
...pdf](#)

 [Online Lesen Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Re  
...pdf](#)

# **Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs**

*Maja Nett, Nina Engels*

**Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs** Maja Nett, Nina Engels

## **Downloaden und kostenlos lesen Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs Maja Nett, Nina Engels**

---

112 Seiten

Kurzbeschreibung

Shake it, Baby!

- Klug schichten, knackig genießen: Die besten Salate aus dem Glas
- 45 Trend-Rezepte fürs Büro und unterwegs
- Gesund, lecker, angesagt und mit Sattmacher-Effekt: Salate mit Couscous, Süßkartoffeln, Kichererbsen & vielem mehr
- Mit ausführlicher Einleitung und vielen Tipps
- Jedes Rezept mit brillantem Farbfoto

Das ist Schichtarbeit, wie wir sie lieben! Unten das Dressing, darüber jede Menge Köstlichkeiten und ganz oben zarte Blätter und Kräuter: fertig sind unsere Salate to go. Sie bleiben lange frisch und knackig, machen satt und sind das perfekte Mittagessen im Büro oder für unterwegs. Einfach schütteln und loslöffeln oder in eine Salatschüssel umfüllen und unterheben, das ist alles! Genial, köstlich und gesund.

Hirsesalat mit Hähnchenbruststreifen, Couscous-Erbesen-Salat, Nudelsalat mit Melone, Süßkartoffelsalat oder Couscous-Hackfleisch-Salat: Die Rezepte sind voller Vitamine, abwechslungsreich und superlecker.

Glasklar: Ab jetzt gibt's öfters Salat!

Brillante Farbfotos zu jedem Rezept lassen Ihnen das Wasser im Mund zusammenlaufen. Alle Arbeitsschritte werden ausführlich erklärt. Viele Tipps und kurze Texte liefern Inspiration für Variationen, falls das eine oder andere Lebensmittel gerade nicht im Haus ist. Die ausführliche Einleitung liefert Wissenswertes rund ums Schichten, das grüne Blattwerk, köstliche Dressing-Varianten und alt bekannte aber neu entdeckte Getreidealternativen.

Download and Read Online Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs Maja Nett, Nina Engels #YI8BHNXZWJV

Lesen Sie Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs von Maja Nett, Nina Engels für online ebookSalat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs von Maja Nett, Nina Engels 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 Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs von Maja Nett, Nina Engels Bücher online zu lesen. Online Salat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs von Maja Nett, Nina Engels ebook PDF herunterladenSalat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs von Maja Nett, Nina Engels DocSalat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs von Maja Nett, Nina Engels MobipocketSalat-Power im Glas: Fit Food statt Fast Food - 45 Rezepte fürs Büro und unterwegs von Maja Nett, Nina Engels EPub