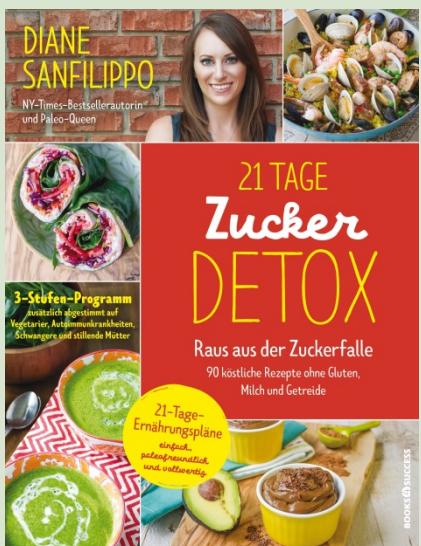


# NEUERSCHEINUNG

## Raus aus der Zuckerfalle!



### BIBLIOGRAFISCHE DATEN

Diane Sanfilippo

#### **21-Tage-Zucker-Detox**

Preis: 24,99 € (A: 25,70 €)

350 Seiten | broschiert

ISBN: 978-3-86470-507-6

Kulmbach, November 2017

Heißhunger auf Süßes – mit schlechtem Gewissen geben wir ihm viel zu häufig nach. Dabei wissen wir doch: Raffinierter Zucker sorgt für Fettpolster und raubt dem Körper Mineralien und Vitamine.

Paleo-Expertin Diane Sanfilippo sagt ihm in ihrem neuen Buch „21 Tage Zucker Detox“ den Kampf an. Ihr 21-Tage-Detox-Plan mit über 90 Rezepten garantiert den natürlichen und einfachen Ausstieg aus der Zucker-Falle. Die Rezepte sind gluten-, milch- und getreidefrei und „Paleo-freundlich“. Sie sind auf drei Detox-Phasen abgestimmt und bieten zusätzliche Anleitungen für Sportler, Schwangere, stillende Mütter und Autoimmunerkrankte. Zucker-Falle? Einfach aussteigen!



**Diane Sanfilippo** ist zertifizierte Ernährungsberaterin mit Spezialgebiet vollwertige Ernährung und Blutzucker-Regulierung. Ihr Buch „Practical Paleo“ stand auf der Bestsellerliste der New York Times. Diane betreibt den populären Gesundheitsblog [balancedbites.com](http://balancedbites.com) und den Podcast The Balanced Bites Podcast (gratis auf iTunes). Ihre Ernährungsseminare werden USA-weit gebucht.