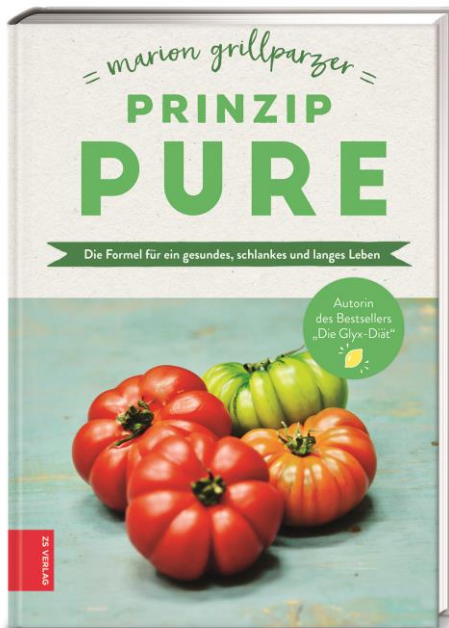




Presse-Information

Die pure Lust am Essen



Wir alle kennen diverse Ernährungsmethoden, sprechen von Power-Bowls, dem DIY-Trend, Clean Eating und der New Nordic Diet und haben auch schon fast alles ausprobiert. Aber eigentlich wollen wir nur das Eine: Ein gesundes, schlankes und langes Leben genießen! Marion Grillparzer vertritt in ihrem Buch das „Prinzip Pure“ und vertraut auf Tradition, indem altes Küchenwissen auf neueste Ernährungsforschung trifft. Für alle, die die „pure“ Lust am Leben lieben, Ur-Getreidesorten und alte Methoden wie Dörren, Fermentieren und Einmachen in der Küche praktizieren.

ZS Verlag
Marion Grillparzer
Prinzip Pure
160 Seiten | Format 17 x 23,8 cm
€ [D] 16,99 | € [A] 17,50
ISBN 978-3-89883-702-6
Erscheinungstermin: 08. März 2018

Marion Grillparzer wollte Ratgeber schreiben, die man liest. Das gelingt ihr seit Jahren bestens. Die Ernährungsexpertin, Journalistin, Autorin, Coach und Geschichtenerzählerin hat 1999 den Begriff „Glyx“ erfunden, träumt von einem halben Jahr reiten und einem halben Jahr arbeiten im Wechsel und lebt mal im Chiemgau, mal in München. Mit ihrem Mann Wolf und ihren Tieren Kurti und Maxxl.



© Marcel Weber