

Schnelle Einführung ins Basenfasten

So aktivieren Sie Ihren Stoffwechsel, Ihre Haut wird jünger und ganz nebenbei nehmen Sie schnell ab!

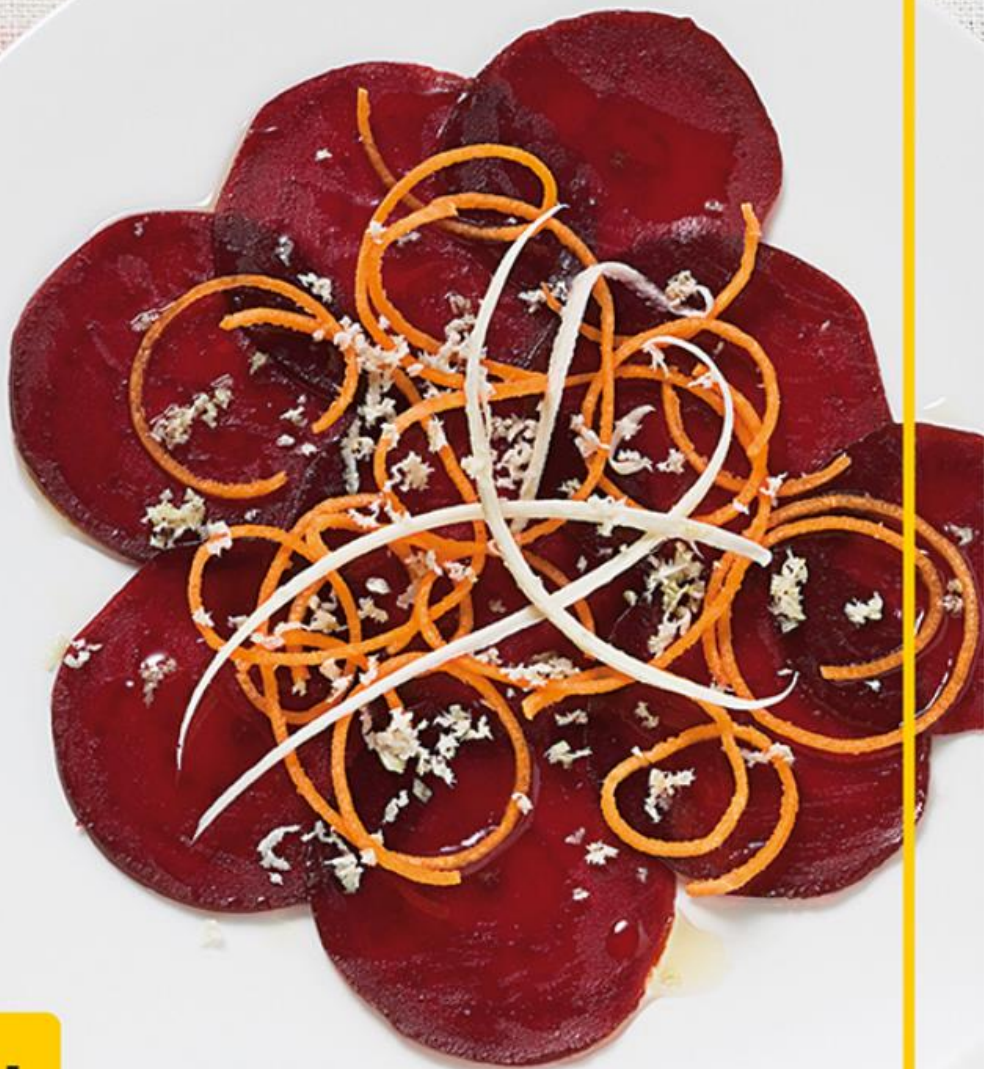


G|U

Sabine Wacker

Schnelle Einführung ins Basenfasten

So aktivieren Sie Ihren Stoffwechsel, Ihre Haut wird jünger und ganz nebenbei nehmen Sie schnell ab!



G|U

Sabine Wacker

Inhalt

[Ein Wort zuvor](#)

[Basenfasten](#)

[Die Top Ten der basischen Lebensmittel](#)

[Ananas-Maracuja-Saft](#)

[Kirschshake mit Zitronenmelisse](#)

[Müsli mit Erdmandelflocken](#)

[Sommerfrühstück mit Pfirsich und Erdbeeren](#)

[Beerenteller](#)

[Feldsalat mit Karotten und Sprossen](#)

[Paprikasalat mit Rucola und schwarzen Oliven](#)

[Salat von schwarzem Rettich und Karotte](#)

[Bataviasalat mit Navetten und Portulak](#)

[Rote-Bete-Carpaccio mit Meerrettich](#)

[Auberginenröllchen](#)

[Kohlrabicremesuppe](#)

[Klare Brühe mit Gemüse-Juliennes](#)

[Mangoldpfanne mit Wurzelpetersilie](#)

[Buchhinweis](#)

[Impressum](#)

[Garantie](#)

[Anzeige](#)