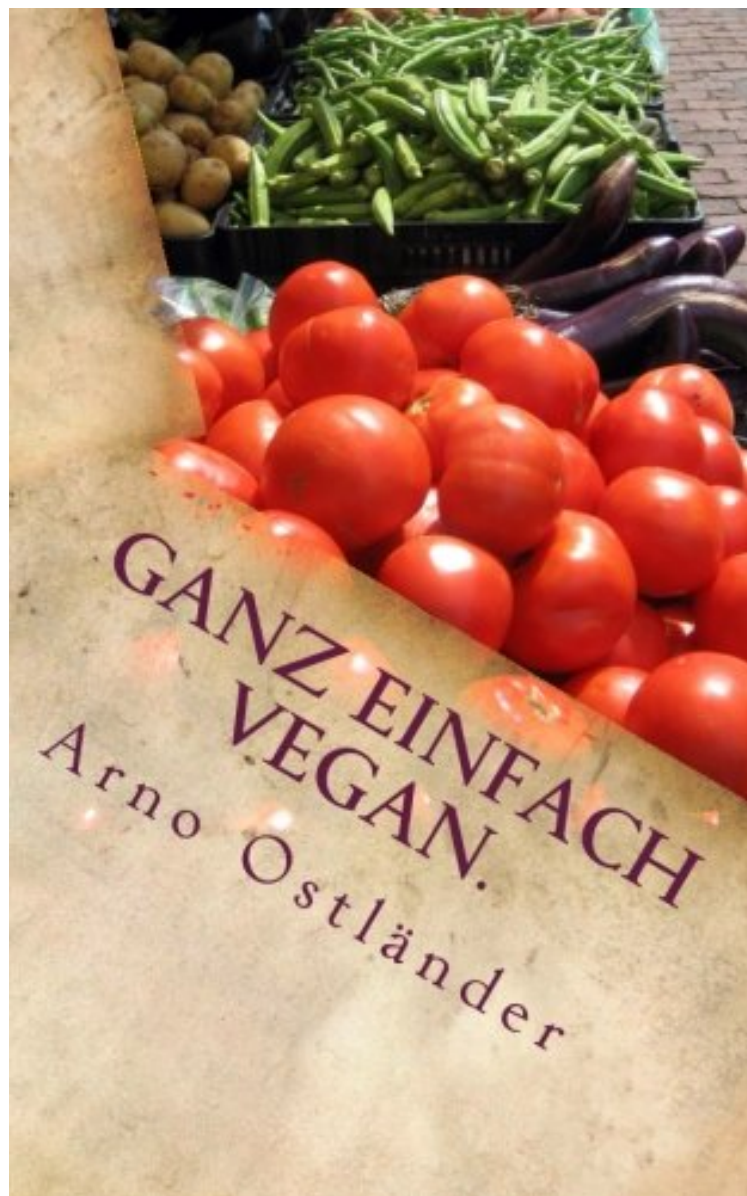


[Download free ebook] Ganz einfach vegan.: Vegane Ernährung ganz simpel erklärt mit 99 Fakten und Basics zum Einsteigen, Verstehen und Umdenken für Alle sowie einige schnelle und einfache vegane Rezepte mit Suchtfaktor.

## **Ganz einfach vegan.: Vegane Ernährung ganz simpel erklärt mit 99 Fakten und Basics zum Einsteigen, Verstehen und Umdenken für Alle sowie einige schnelle und einfache vegane Rezepte mit Suchtfaktor.**

*Von Arno Ostländer*

*\*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks*



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrank: #850891 in BcherVerffentlicht am: 2014-03-23Abmessungen: 8.00 x .42b x 5.00l, .41 Pfund Einband: Taschenbuch168 Seiten | File size: 78.Mb

**Von Arno Ostlnder : Ganz einfach vegan.: Vegane Ernhrung ganz simpel erklrt mit 99 Fakten und Basics zum Einsteigen, Verstehen und Umdenken fr Alle sowie einige schnelle und einfache vegane Rezepte mit Suchtfaktor.** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Ganz einfach vegan.: Vegane Ernhrung ganz simpel erklrt mit 99 Fakten und Basics zum Einsteigen, Verstehen und Umdenken fr Alle sowie einige schnelle und einfache vegane Rezepte mit Suchtfaktor.:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Eine Bereicherung fr das vegane Leben!Von Chrissy PfeifferDas Buch hat den passenden Titel, es ist ganz einfach... verstndlich, bersichtlich und informativ. Ein Nachschlagewerk mit vielen interessanten Themen rund um das vegane Leben. Ich selbst bin seit ber einem Jahr Veganerin und wurde durch dieses Buch um einige Tatsachen bereichert, die mir noch nicht bekannt waren. Bestckt mit ein paar leckeren Rezepten von kinderleicht bis leicht. Sehr gelungen! Lohnt sich!2 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ganz einfach veganVon Manuela MalfertheinerVegan ist Zukunfts-Nahrung, es hlt Krper, Geist Seele im Einklang...ein tolles Buch gerade fr die, die ihre Nahrung auf Vegan umstellen wollen und fr alle die noch Tipps brauchen.0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Lust auf Mehr...Von KundeDa ich neu bin in der Veganenkche, finde ich die Rezepte toll, einfach und schnell umsetzbar.Vor allen Dingen kann man die Freunde begeistern und sie glauben einem nicht, dass das was man gerade ist kein Fleisch ist.Sehr genial. Ich habe es schon fter verschenkt, gerade an die die noch Fleisch essen und sich nicht vorstellen knnen wie Gulasch ohne Fleisch schmeckt.Angelika thurn

KurzbeschreibungDanke, ich bin nur Veganer und nicht krank! Vegane Ernhrung ganz simpel erklrt mit 99 Fakten und Basics zum Einsteigen, Verstehen und Umdenken fr Alle sowie einige schnelle und einfache vegane Rezepte mit Suchtfaktor. Statt schon wieder einem bebilderten und teuren Kochbuch ein Nachschlagewerk fr vegane Einsteiger, Umsteiger und Neugierige. Knapp zusammengefasst sind hier 99 Fakten, Anleitungen und wichtige Informationen, um Menschen zu verstehen, die vegan kochen. Ebenso hilft dieses Buch, seine eigene Kche auf vegan/vegetarisch um- oder einzustellen und dabei das eigene Ma zu finden. So knnen Sie ganz einfach das eigene Verstndnis vom Vegan sein entwickeln. Durch ein paar einfache und schnelle Rezepte, die einen neuen Geschmack wecken wollen, die einfachen auszuprobieren und nachzukochen sind, kann Spa- und Suchtfaktor entstehen.ber den Autor und weitere MitwirkendeArno Ostlnder, Jahrgang 1968, ist ein aus Radio, TV und Presse bekannter Coach und Berater, der beispielsweise als Experte fr die Aachener Zeitung und Aachener Nachrichten schreibt. Er war im TV unter anderem ttig als Berater von Silvia Wollny (Die Wollnys - Eine schrecklich groe Familie). Darber hinaus bloggt er zu vielen interessanten Themenbereichen und ist in vielen Medien gefragter Interviewpartner. Der Versicherungsfachwirt und frhere Vertriebstainer hat kurz nach erreichen seines vierzigsten Lebensjahres aus einer tiefen Lebenskrise heraus sein Leben auf neue Beine gestellt. Er hat seither zahlreiche Ausbildungen absolviert und sehr viele berhmte Persnlichkeiten getroffen, mit denen er gearbeitet hat. Sein Ansatz ist hypnosystemisch, lsungsorientiert und konstruktivistisch. Er arbeitet mit Einzelpersonen, Familien, Gruppen und Firmen im niederlndischen Vaals bei Aachen. Durch seinen Wechsel in das vegane Leben erschien es ihm wichtig, die vegane Ernhrung in sein berufliches Wirken zu integrieren, woraus dieses Buch und seine Kochkurse entstanden sind, die sich groer Beliebtheit erfreuen. Ergnzen und Aktualisierungen sowie Kochkurse und Seminare plus Mglichkeiten zur Arbeit mit Einzelpersonen und Gruppen sind zu finden unter: [www.paramedius.com](http://www.paramedius.com) und [www.ganzeinfachvegan.com](http://www.ganzeinfachvegan.com).