



Leseprobe

Annette Sabersky

**Apfelessig neu entdeckt -
Der Alleskönner und
seine unbegrenzten
Verwendungsmöglichkei-
ten. Küchenwunder,
Beauty-Mittel,
Gesundheits-Elixier**

Bestellen Sie mit einem Klick für 18,00 €



Seiten: 176

Erscheinungstermin: 26. April 2021

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Das Multitalent Apfelessig ist wieder voll im Trend

Apfelessig hat sich in den letzten Jahren vom Geheimtipp der Gesundheitsjunkies zu einem Allheilmittel für alle verwandelt, das in kaum einem Haushalt fehlen darf. Zu Recht! Es gibt mittlerweile mehr als 100 wissenschaftliche Studien zu den gesundheitlichen Wirkungen von Apfelessig. Die Bandbreite seiner Wirkmöglichkeiten ist tatsächlich riesig. Apfelessig macht Speisen bekömmlicher, hilft beim Abnehmen, wirkt antibakteriell, lindert Pilzinfektionen und hilft bei Bluthochdruck und erhöhtem Cholesterin. Aber auch als Zutat eines köstlichen Salatdressings ist sich die trübe Flüssigkeit nicht zu schade. Die darin enthaltenen Milchsäurebakterien fördern die Darmgesundheit. Und auch im Rahmen kosmetischer Behandlungen spielt das Schönheitsmittel Apfelessig sein volles Potenzial aus. Promis wie Heidi Klum, Scarlett Johansson, Katy Perry oder Megan Fox sind bekennende Fans des Beauty-Wundermittels. Dieses Buch beschreibt wissenschaftlich fundiert alle Vorteile des Apfelessigs, nennt seine Grenzen und erläutert ausführlich seine zahlreichen Verwendungsmöglichkeiten als Heilmittel, in der Küche und als Kosmetikum.

Apfelessig neu entdeckt

