



Karin Hofinger

Das Vital-Teller-Modell
Die neue Zauberformel für den gesunden Genuss

Klappenbroschur
Durchgängig Farbabbildungen
19 x 24,5 cm; ca. 144 Seiten
ISBN 978-3-7088-0767-6
Kneipp Verlag Wien
€ 22,00

ET: 09. September 2019

Easy und köstlich: Das neue praktische Ernährungsmodell!

Ernährungspyramide adé: Mit dem Vital-Teller-Modell® gelingt die gesunde Ernährung auf einen Blick! Zwei Handvoll Gemüse, eine Handvoll Eiweiß, eine Handvoll Kohlenhydrate und ein Schuss hochwertiges Fett– diese einfache Formel stellt sicher, dass wir in der richtigen Relation mit Nährstoffen versorgt werden und uns fit und energievoll fühlen.

Einfach erklärt und lustvoll umgesetzt zeigt die „Küchenapothekerin“ Karin Hofinger, dass ihr neues, ernährungswissenschaftlich fundiertes Modell alltagstauglich, vielseitig und rundum wohltuend ist. Mit variantenreichen Genuss-Rezepten, die für alle Ernährungsformen geeignet sind: von Fleisch, über vegetarisch und vegan bis glutenfrei.

Karin Hofinger ist Apothekerin, Ernährungsberaterin, Kochbuchautorin und versierte Alltagsköchin. Das von ihr geschaffene Konzept des Vital-Teller-Modell® entspricht ihren Professionen und ihrer Leidenschaft: Kochen und Essen werden so zu einem gesunden, wohltuenden, abwechslungsreichen und einfachen Vergnügen – mit bestem Geschmack.
www.vitalimpuls.com



© Stephan Hofinger

Rückfragehinweis:

Elisabeth Katzensteiner | Presse | Styria Buchverlage

E-Mail: e.katzensteiner@styriabooks.at | Tel.: +43 1 512 88 08-83