



Eva Fischer

Mit Fotografien von Julia Stix

Pizza ohne Reue

tasty & healthy

ISBN 978-3-7106-0179-8

€ 21,90

Format 19 x 24 cm

176 Seiten, 65 Abbildungen

Hardcover

2. Januar 2018

Pressekontakt:

Petra Rosenblattl

p.rosenblattl@brandstaetterverlag.com

T ++43-(0)1-5121543-232

F ++43-(0)1-5121543-231

Jeder kennt sie – jeder liebt sie! Aber was ist das Geheimnis einer wirklich guten Pizza, die Quintessenz, die hinter den heiß begehrten Knusperstücken steckt? Es ist der Genuss ohne Reue nach dem Essen, denn Pizza muss kein Fast Food sein. Ganz im Gegenteil: Pizza kann sogar richtig gesund sein, wenn die typischen Dickmacher durch gesunde Zutaten ersetzt werden. Das Beste daran: Die Pizza bleibt unwiderstehlich im Geschmack.

Eva Fischers Konzept ist so simpel wie genial: nährstoffreiche Zutaten für Boden und Belag so kombinieren, dass voller Geschmack garantiert ist. Die Ernährungsexpertin hat in ihrem neuen Buch Rezepte gesammelt, die Schlemmen ohne Reue garantieren, davon vieles veggie, glutenfrei und low-carb. Neben köstlichen Beilagen und gesunden Alternativen zu Weizenmehl gibt's kreative Ideen für Pizzaböden, z.B. aus Blumenkohl oder Zucchini-nudeln. Die Rezepte lassen sich leicht für mehrere Gäste zubereiten. Hier wird garantiert kein Pizzarand übrig gelassen!

Die Autorin

Eva Fischer ist ausgebildete Gesundheitsmanagerin, Ernährungsexpertin, Food-Fotografin, -Stylistin, -Bloggerin sowie Rezeptentwicklerin. Für ihren beliebten Blog foodtastic wurde sie mehrfach mit Awards ausgezeichnet.

Sie schreibt regelmäßig für Magazine, gibt Workshops, ist Gast bei TV-Auftritten oder Food-Events. Neben fachlichen Beiträgen zu Ernährung & Gesundheit, liebt es die Autorin zu reisen und neue Geschmäcker zu entdecken.

Unser Lieblingsessen neu gedacht

100 % Geschmack – wenig Kalorien

Gesunde Zutaten statt Dickmacher

Brandstätter