



[Fern Green](#)

Super Smoothies - Die besten Detox-Drinks

Mit 60 Rezepten und 12 Detox-Plänen

Smoothies – geniale Power-Drinks aus dem Mixer!

Ob Vanille-Chai-Latte oder Açaí-Erfrischung – Smoothies sind **schnell gemacht, lecker** und **gesund**. Vollgepackt mit **Superfoods** liefern sie die geballte Ladung Nährstoffe. Ob gegen Stress, für schöne Haut, als Energiebooster oder Diät-Helfer, in diesem Smoothie-Buch finden Sie **60 originelle Smoothie-Rezepte** für jedes Bedürfnis. Die große Vielfalt angesagter Detox-Drinks gibt's zum kleinen Preis im **praktischen, übersichtlich** aufgemachten Bestsellerformat.

Detox mit Smoothies – so einfach geht's!

Um Körper, Geist und Seele mit neuer Energie zu versorgen und ihn von Alltagssünden und Schadstoffen zu befreien, eignet sich eine Entgiftungskur mit bunten und grünen Smoothies perfekt. Schon nach kurzer Zeit zeigt die Detox-Methode spürbare Effekte – Sie werden fit und bleiben gesund. Mit diesem Smoothie-Buch gestalten Sie Ihren Entschlackungsplan nach Ihren individuellen Vorlieben. Entweder Sie genießen die leckeren Smoothies nur ab und zu, um Ihrem Körper zwischendurch etwas Guts zu tun, oder Sie entscheiden sich für eine praktische Kur. Bringen Sie Ihren Stoffwechsel auf Trab, regen Sie die Verdauung an, stärken Sie Ihr Immunsystem oder detoxen Sie sich zu Ihrem persönlichen Wunschgewicht – für jedes Bedürfnis gibt es den passenden Plan.



Smoothies selber machen: Buch-Highlights auf einen Blick:

- 60 vielfältige Smoothie-Rezepte.
- 12 clevere Detox-Pläne.
- Übersichtliche Einleitung.
- Infos zum Gesundheitsplus.
- Visuell einzigartig dargestellt – typisch für die DK Bestseller-Reihe.

An den Mixer, fertig, los! Lassen Sie sich Super-Smoothies schmecken und profitieren Sie von ihrer wohltuenden Wirkung.

[Fern Green](#)

Super Smoothies - Die besten Detox-Drinks

Mit 60 Rezepten und 12 Detox-Plänen

ISBN 978-3-8310-3012-5
160 Seiten, 160 x 224 mm
€ 12,95 (D) / € 13,40 (A)