



glas-futter.de

FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN – PROTEINFOOD

Ziele - gesünder essen, Gewicht reduzieren oder mehr Sport ?

Neue persönliche Ziele für 2017? Nichtraucher, gesünder essen, Gewicht reduzieren oder mehr Sport. Egal, welches Ziel davon, bei jedem tut ihr etwas für eure Gesundheit und Wohlbefinden. Also nichts wie ran an die positiven Vorsätze für 2017. In Sachen Ernährung, Sport und abnehmen geben wir euch hiermit eine Rezeptempfehlung.



Foto Klaus Rupp

LINSENSALAT – aus unseren Rezeptkanal „ pflanzliche Protein Rezepte“. Diese speziellen Gerichte unterstützen eure Ziele in Sachen Gewicht reduzieren und empfehlenswerte Ernährung beim Sport. Werft hierzu auch mal einen Blick auf folgende Blogbeiträge [Braucht man Eiweiß bzw. Proteine nach dem Sport?](#) oder [Channel vegetarische und vegane Proteine und Protein Rezepte für euren Luxus Body - Sport, Diät und Fitness Food.](#)