

Buchempfehlungen

Tipps und gute weiterführende Kochliteratur nach dem Fasten

Dr. med. Hellmut Lützner, Helmut Million
„Richtig essen nach dem Fasten“
Gräfe und Unzer Verlag

Sabine Wacker
„Basenfasten: Essen und trotzdem entlasten“
Gräfe und Unzer Verlag

Christiane Seifert
„Die fünf Elemente Küche“
Knaur Verlag

Sabine und Dr.med. A. Wacker
"300 Fragen zur Säure-Basen-Balance"
Gräfe und Unzer Verlag

Prof. Jürgen Vormann und Angelika Ilies
"Expresskochen Säure-Basen"
Gräfe und Unzer Verlag

Sabine Wacker und Sascha Fassott
"Säure-Basen Genussküche"
Gräfe und Unzer Verlag

Rüdiger Dahlke
"Peacefood"
Gräfe und Unser

