

# Baby Guide

*Der Elternratgeber*

2018

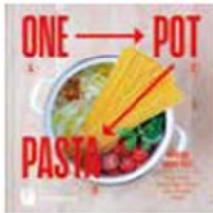


[www.babyguide.at](http://www.babyguide.at)

media  
guide.

© Tatyana Gladush - Adobe Stock

# Buchtipps

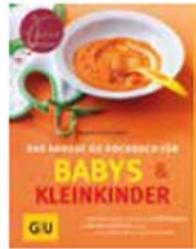


Thorbecke Verlag

## One Pot Pasta

Sabrina Fauda-Role

Das Konzept: Wir kochen alles im selben Topf zur selben Zeit: Die rohen Nudeln hineingeben, das Gemüse, die Gewürze, das Öl, und alles zusammen garen lassen. Die Nudeln ziehen wie in einer Brühe. Kurz abgießen, und man hat ein tolles Nudelgericht voller Aroma, einfach und ohne Aufwand.



GU Verlag

## Das große GU Kochbuch für Babys und Kleinkinder

Dagmar von Cramm

Das Rundum-Sorglos-Paket für werdende und frischgebackene Mütter. Das Kochbuch beginnt bereits mit der richtigen Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit. Mit passenden Rezepten für jedes Alter, um schon früh die richtigen Weichen für zukünftiges Essverhalten zu stellen.



Unimedica Verlag

## Das Skinnytaste Kochbuch

Gina Homolka

HOMOLKA ist Amerikas beliebteste Bloggerin für die gesunde Küche. Ihr erstes Kochbuch hat es sofort auf die Bestsellerliste der New York Times geschafft. Warum? Sie vollbringt Wunder. Wenig Kalorien, viel Geschmack. Alles ist erlaubt, alles schmeckt.

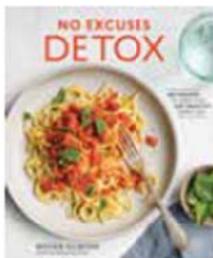


Edition Fackelträger

## Meine Rezepte für die ganze Familie

Leila Lindholm

Die abwechslungsreichen Rezepte sprechen nicht nur allen, die einen gesunden Lebensstil führen, aus der Seele, sondern berücksichtigen zudem Lebensmittelunverträglichkeiten. Ob gluten-, nuss-, ei- oder laktosefrei, vegetarisch oder vegan – Leila erfüllt alle Ernährungswünsche!



Unimedica Verlag

## Everyday Detox

Megan Gilmore

Ein Leitfaden zum natürlichen Entgiften für das gesamte Jahr. Das Werk hat in den USA bereits einen regelrechten Hype ausgelöst. Ganz ohne Diät, Fasten oder Kalorienzählen reduziert Everyday Detox das Gewicht, kurbelt die Verdauung an, verbessert den Schlaf und führt zu einem intensiven Wohlbefinden.



Scorpio Verlag

## Der reizende Darm

Benjamin I. Brown

Reizdarm – was wirklich dahintersteckt

Mit einem 5-Schritte-Plan für eine rasche Besserung der Beschwerden. Wieder Lebensqualität von einem Autor, der selbst am Reizdarmsyndrom erkrankt war und sich intensiv mit Heilungswegen beschäftigt hat.



sternenschön.

