

„Zöliakie“ – Was nun?

„Sie haben Zöliakie. Sie müssen sich glutenfrei ernähren.“ Sie schreibt alle Getreidesorten, die ich kenne, auf einen gelben Zettel. „Die dürfen sie jetzt nicht mehr essen.“ Ich starre sie an und frage: „Wie soll das denn funktionieren?“ „Und für wie lange?“. Mit ihrer Antwort habe ich nicht gerechnet. FÜR IMMER.
Mit dem Zettel in der Hand verlasse ich die Praxis.

So oder ähnlich geht es jedem Zöliakie-Betroffenen!
Zuerst kommt Erleichterung, weil man weiß, dass die Ursache für die Beschwerden erkannt wurde und man jetzt gezielt handeln kann. Danach kommt Resignation, Angst, Unsicherheit, Unvermögen sich glutenfrei zu ernähren!

Dieses leckere Kochbuch vermittelt Ihnen, wie einfach, köstlich und ohne Verzicht man sich glutenfrei ernähren kann!
Ich freue mich, meine jahrelange Erfahrung weitergeben zu können!

Viel Freude beim Kochen!



Rainer Michael Gaisberger
geb. 29.11.1971

Zöliakieexperte und diplomierter Diätkoch

ISBN: 978-3-200-02262-1

glutenfrei kochen,
einfach & köstlich

„Zöliakie“ – Was nun?



Rainer Michael
Gaisberger



„Zöliakie“ – Was nun?

von Rainer Michael Gaisberger

glutenfrei kochen, einfach & köstlich

