

# Anti-Entzündungs- Booster

Silvia Bürkle

Flexcover, 96 Seiten,

ISBN: 978-3-86826-170-7, EUR 9,95

ET Oktober



Wir sehen sie nicht, spüren sie nicht und fühlen uns nicht krank – heimliche Entzündungen, im Fachjargon »**Silent Inflammation**« genannt. Wir nehmen sie erst wahr, wenn sie sich als Gelenkschmerzen, Rheuma, Allergien oder Diabetes zeigen. Die Hauptverursacher für ihre Entstehung sind eine einseitige oder falsche Auswahl an Lebensmitteln.

In ihrem neuen Buch nennt Silvia Bürkle kurz und übersichtlich die wichtigsten anti-entzündlich wirkenden Lebensmittel, Kräuter und Gewürze. Mit diesen entwickelte sie neue Rezepte für **Saucen, Dips, Pasten und Getränke**, die sich schnell zubereiten lassen, jederzeit in unseren Speiseplan integriert werden können und in konzentrierter Form ein hohes **Potenzial an Entzündungsschutz** bieten. Viele der Rezepte lassen sich auf Vorrat herstellen. Somit ist es auch im Alltag und bei Zeitmangel ohne Mühe möglich, sich extrem gesund zu ernähren.

- Kleine Mengen – große Wirkung
- Optimale Starthilfen für Ihren Entzündungsschutz
- Von der Autorin des Bestsellers „Heimliche Entzündungen“

**Silvia Bürkle** ist Ernährungswissenschaftlerin und erfolgreiche Buch-Autorin. Sie arbeitet in der Forschung und als Dozentin. Bei Königsfurt-Urania erschienen von ihr zuletzt die Bestseller „Heimliche Entzündungen“ und „Heimliche Entzündungen - Das Kochbuch“.

## ANFORDERUNG VON PRESSEEXEMPLAREN

GERNE SCHICKEN WIR IHNEN EIN KOSTENLOSES REZENSIONSEXEMPLAR ZU, BESTELLEN SIE:

**Per Post an: Königsfurt-Urania Verlag, D-24796 Krummvisch b. Kiel, z. H. Dr. Jennifer Lorenzen-Peth oder Tel. 04334-18 22 007 oder E-Mail: [presse@koenigsfurt-urania.com](mailto:presse@koenigsfurt-urania.com)**