



glas-futter.de

FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN – PROTEINFOOD

Tatar Rezepte - passend zur 1:0 Diät

Die Tatar – Diät

Unsere „**1 : 0 Diät**“ hat bei euch großen Anklang gefunden. Die meisten finden es so toll, jeden zweiten Tag zu schlemmen und dennoch abzunehmen. Damit ihr noch mehr Spaß an der Diät habt, haben wir für euch einen neuen **Channel „Tatar“ eröffnet**. Darin findet ihr ganz einfache Rezepte für richtig leckere Tatar-Gerichte, alle kalorienarm, aber eiweißreich. Wir hatten viel Spaß und Genuß beim Zubereiten dieser Leckereien. Ihr könnt die Gerichte in kleinen Gläsern servieren, aber auch klassisch auf einer Scheibe Brot. Dazu eignet sich Toastbrot, frisches knackiges Baguette, aber auch dünn geschnittenes, in einer Pfanne angeröstetes Sauerteigbrot. Probiert's einfach aus und genießt das Leben mit Diät!



Foto Klaus Rupp - Koch Norbert Fricke