

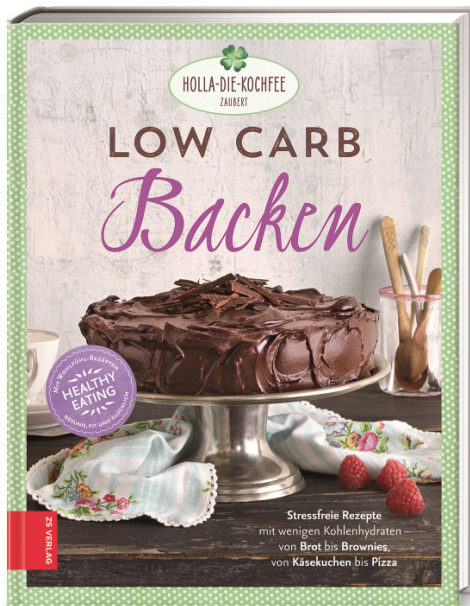


## Presse-Information

### Süße Wonne – und dabei Low Carb!

*„Diamonds are a girl's best friend – von Hüftgold war nicht die Rede.“*

*Petra Hola-Schneider*



**ZS Verlag**  
**Petra Hola-Schneider**  
**Low Carb Backen**  
144 Seiten | Format 18,8 x 24 cm  
€ [D] 15,99 | € [A] 16,40  
ISBN 978-3-89883-604-3  
**Erscheinungstermin: 24. Oktober 2016**

Schokoladiges und Cremiges, Nussiges, Fruchtig-Leichtes und auch Herzhaftes aus dem Ofen – und all das ohne raffinierten Zucker, Weißmehl und mit wenig Kohlenhydraten. Die Kochfee Petra Hola-Schneider weiß, wie es geht. In „**Low Carb Backen**“ zaubert sie feine Törtchen, tolle Torten, Kuchen und Konsorten einfach nach dem Low Carb Prinzip. Fürs ganze Jahr hat sie Backideen zusammengetragen und Rezepte ausgeklügelt, die jedes Bäckerherz höherschlagen lassen. Von Apfelstreusel bis Zwiebelkuchen, immer nach dem Motto: 100% Geschmack und Liebe, dazu ein bisschen Feenstaub und 0% schlechtes Gewissen! Die besten Rezepte der Bloggerin von „Holladiekochfee“ sind das richtige für alle, die sich gesund ernähren möchten, ein paar Pfund abnehmen oder als Diabetiker Süßes genießen wollen.

Die Foodbloggerin, Personalberaterin und Dolmetscherin ist zwischen Mehlspeisen und Knödeln in Böhmen aufgewachsen. Kochen, Backen und gutes Essen wurden **Petra Hola-Schneider** sozusagen in die Wiege gelegt. Dabei verzichtet sie auf Weißmehl und Zucker, bevorzugt hochwertige, möglichst naturbelassene Produkte und punktet mit ihren Low-Carb-Kuchen, -Torten, -Cupcakes und -Muffins auf ihrem Blog „Holladiekochfee“: [www.holladiekochfee.de](http://www.holladiekochfee.de)



© ZS Verlag/ Jan Russok