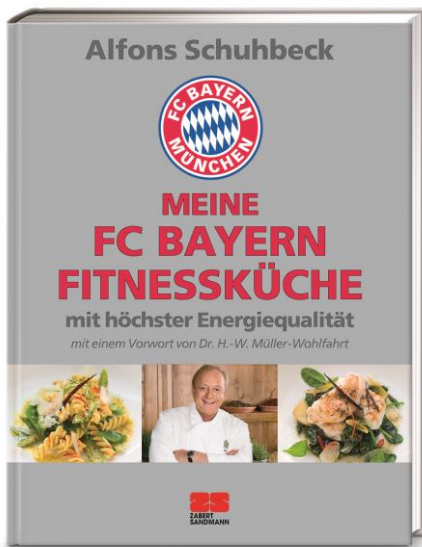




Presse-Information

Alfons Schuhbeck: Meine FC Bayern Fitnessküche mit höchster Energiequalität



ZS Verlag
Alfons Schuhbeck
Meine FC Bayern Fitnessküche mit höchster Energiequalität
Mit einem Vorwort von
Dr. H.-W. Müller-Wohlfahrt
208 Seiten | Format 19,7 x 25,5 cm
€[D] 19,99 | €[A] 20,60
ISBN 978-3-89883-447-6
Erscheinungstermin: 25. August 2014

Die herausragende Fitness der Fußballer ist ein entscheidender Faktor für den Erfolg. Dabei spielt auch die richtige Ernährung eine große Rolle. Seit über 25 Jahren kocht Alfons Schuhbeck für die Spieler des FC Bayern. Seine Gerichte liefern höchste Energiequalität und leisten so einen wichtigen Beitrag zum sportlichen Erfolg. Jetzt können Sie sich die »Fitnessküche« des Meisterkochs endlich nach Hause holen: In diesem Buch präsentiert Alfons Schuhbeck seine besten Fitnessrezepte, die dem Körper alle wichtigen Nährstoffe, wie Kohlenhydrate, Eiweiß, Vitamine und Mineralstoffe, zuführen und zugleich vollen Genuss versprechen. Dazu liefert er wertvolle Informationen zur Sporternährung und Energiequalität. Dieses Buch ist ein Muss – egal, ob Sie Hobbysportler oder Nachwuchskicker sind oder sich einfach ausgewogen und gesund ernähren möchten!

Alfons Schuhbeck gehört zu den beliebtesten deutschen Spitzenköchen. Mit seiner modernen, charmanten Interpretation süddeutscher Küchenklassiker ist er einer der erfolgreichsten Kochbuchautoren Deutschlands. Alfons Schuhbeck versteht es wie kein Zweiter, seine Kochkunst mit einer Prise Kreativität zu würzen. Damit liegt er stets am Puls der Zeit. Seit über 25 Jahren ist der gebürtige Traunsteiner Mannschaftskoch des FC Bayern München.