



## Leseprobe

Dr. Penny Kendall-Reed, Dr. Stephen Reed

**Heißhunger go home! —**  
Wie Sie Ihre Gelüste kontrollieren lernen

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 7,99 €



---

Erscheinungstermin: 25. August 2010

Lieferstatus: Lieferbar

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.randomhouse.de](http://www.randomhouse.de)

---

# Inhalte

- [Buch lesen](#)
- [Mehr zum Autor](#)

## Zum Buch

---

### **Endlich Schluss mit den gefürchteten und unkontrollierbaren Heißhungeranfällen**

Die meisten Diäten scheitern nicht an mangelndem Willen, sondern am Heißhunger auf Süßes, Fettiges oder Salziges. Aber diese Gelüste können mit bloßer Willenskraft allein nicht überwunden werden, denn der Blutzuckerspiegel muss auf Dauer normalisiert und der Stoffwechsel umprogrammiert werden. Das alles gelingt mit dieser einfach durchzuführenden Diät, die in nur zwei Wochen Körper und Geist so verändert, dass man auch die größte kulinarische Verführung gelassen und entspannt genießen kann.

Die erste Diät, die gezielt den Heißhunger stoppt und den Stoffwechsel nachhaltig umprogrammiert.

**Autor**

**Dr. Penny Kendall-Reed,  
Dr. Stephen Reed**

---

