Die Rezepte zum Coverfoto findest
du auf den S. 98, 126, 132.

aus: Gleich, Ernährungs-Coach Diabetes Typ 2 (ISBN 9783432122403) © 2026 TRIAS Verlag

ERNÄHRUNGS COACH

Nina Gleich, B. Sc.

# DIABETES TYP 2

Der flexible **Ernährungsplan** – einfach, praktisch, gesund

TRIAS

aus: Gleich, Ernährungs-Coach Diabetes Typ 2 (ISBN 9783432122403) © 2026 TRIAS Verlag