Die Rezepte zum Coverfoto findest du
auf den Seiten 72, 86, 120

AUS: IBURG, ERNÄHRUNGS-COACH ANTIENTZÜNDLICH ESSEN (ISBN 9783432123373) © 2026 TRIAS VERLAG

ERNÄHRUNGS COACH

ANTI-ENTZÜNDLICH ESSEN

Dipl.oec.troph. Anne Iburg

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



TRIAS

AUS: IBURG, ERNÄHRUNGS-COACH ANTIENTZÜNDLICH ESSEN (ISBN 9783432122373) © 2026 TRIAS VERLAG