



65 Kilo und hält nach eigenen Angaben die restlichen 90 Kilo seit über einem Jahr. Und auch in seinem Restaurant kommt die Auswahl der schlanken Gerichte gut an. Sie sind mittlerweile fester Bestandteil der Speisekarte des vom Gault Millau 2005 mit 17 von 20 Punkten dekorierten Hauses. Das Kochbuch „Meisterkoch der schlanken Küche“ erscheint im Kosmos Verlag, Stuttgart. Es ist ab sofort für 29,90 Euro in allen bodycur-Therapiezentren erhältlich (ISBN: 3-440-10303-X). Ab Februar auch in einer einfach gebundenen Ausgabe für 24,90 Euro über den Buchhandel zu beziehen (ISBN: 3-440-10302-1).

Clemens Baader, vor zwei Jahren selbst noch übergewichtig, stellt heute in Bonn sein Kochbuch der schlanken Küche vor.

dem Kochbuch „Meisterkoch der schlanken Küche – natürlich genießen und dabei abnehmen“ zergehen schon beim Lesen auf der Zunge. **Spitzenkoch Clemens Baader**, Inhaber und Küchenchef des Berghotels Baader in Heiligenberg am Bodensee, entwickelte Rezepte nach den ernährungswissenschaftlichen Grundsätzen von bodycur. Im Dezember er-

scheint eine Auswahl seiner Menüs in gebundener Form. Heute stellt Baader sein Buch von 11 bis 12 Uhr im bodycur-Therapie-Zentrum in der Irmintrudisstraße 13 in Bonn vor. Nach den bodycur-Grundsätzen, wenig Kohlenhydrate und Fett sowie ein hoher Anteil an mageren tierischen Proteinen, reduzierte auch Baader binnen eines Jahres sein Gewicht um

Carpaccio vom Angusfilet mit Zucchini und Tomate in Joghurt-Balsamico, Flugananas mit Kirsch und süßer Erdbeermelange – die Rezepte aus