

# Inhalt

Weihnachten à la Low-Carb – wenig Kohlenhydrate, viel Geschmack	4
Tradition trifft auf Low-Carb	5
Low-Carb	6
Low-Carb → LOGI	7
Die LOGI-Pyramide	8
An die Plätzchen, fertig, los!	10
Köstliches Weihnachtsgebäck – ohne Mehl und Zucker	11