



## Neues Portal für glutenfreie Ernährung jetzt online

*[www.glutenfreie-ernaehrung.com](http://www.glutenfreie-ernaehrung.com) startet*

Rezeptseiten gibt es im Internet in großer Anzahl. Problematischer wird die Suche, wenn es um Rezepte geht, deren Zutaten für Menschen mit Allergien und Unverträglichkeiten geeignet sind.

Auf [www.glutenfreie-ernaehrung.com](http://www.glutenfreie-ernaehrung.com) ist ein Portal an den Start gegangen, welches sich speziell an Menschen richtet, die unter der Stoffwechselkrankheit Zöliakie leiden. Dieses Projekt versteht sich als Anlaufpunkt auf der Suche nach glutenfreien Rezepten, ohne Abstriche bei Schmackhaftigkeit und Genuss machen zu müssen.

Bei der Zöliakie handelt es sich um eine allergische Stoffwechselstörung, ausgelöst durch das im Klebereiweiß enthaltene Gluten. Müdigkeit, Bauchschmerzen und Durchfälle sind die häufigsten Symptome. Da Gluten in vielen Getreidesorten wie Weizen, Roggen, Gerste, Hafer und Dinkel sowie oftmals in industriell hergestellten Produkten enthalten ist, sind die Betroffenen auf eine spezielle Ernährung angewiesen.

Das kürzlich gestartete Projekt für glutenfreie Rezepte soll all denen Hilfestellung geben, die auf eine ansprechende und abwechslungsreiche Ernährung auch ohne dessen Bestandteil Gluten nicht verzichten wollen. Bereits die Startseite präsentiert sich dem Betrachter mit ausgewählten Rezepten. Diese sind wie übrigens alle anderen auch bebildert, machen Appetit und regen zum Ausprobieren an. Das Rezeptangebot ist in verschiedene Rubriken unterteilt. Rezepte für Suppen, Eintöpfe, Desserts, Brot, Gebäck usw. sind hier in verschiedenen Variationen zu finden. Dabei sind die einzelnen Rezepte sehr ausführlich. Auch im Kochen weniger Geübten dürfte es gelingen, einen abwechslungsreichen Speisenplan auf den Tisch zu bringen.

In seiner Konzeption setzt das Portal auf die Interaktion seiner Benutzer. So können die einzelnen Rezepte bewertet werden. Aber auch das Einreichen eigener Rezeptideen ist möglich und erwünscht. Ein Blog bietet die Möglichkeit, die Seite mit eigenen Meinungen und Erfahrungen mit Leben zu erfüllen. Eine eigenständige Rubrik im FAQ-Stil beantwortet viele Fragen, die sich im Umgang mit der Zöliakie ergeben. Hier findet der Hilfesuchende sowohl ausführliche Informationen als auch praktische Tipps für den Alltag.

Mit Facebook und Twitter ist dieses Portal in die sozialen Netzwerke eingebunden.

Weiter Informationen unter: <http://www.glutenfreie-ernaehrung.com/faq-zoliakie/>

## Pressekontakt

Carsten Mündel

Herr Carsten Mündel  
Jakobstr. 4  
52064 Aachen

[dailypop.de](http://dailypop.de)  
[carsten@domseo.net](mailto:carsten@domseo.net)

## Firmenkontakt

Carsten Mündel

Herr Carsten Mündel  
Jakobstr. 4  
52064 Aachen

[dailypop.de](http://dailypop.de)  
[carsten@domseo.net](mailto:carsten@domseo.net)

Wir betreiben verschiedenen Webportale mit Schwerpunkt Gesundheit und Ernährung. Kontakt gerne per E-Mail oder telefonisch.

Anlage: Bild

