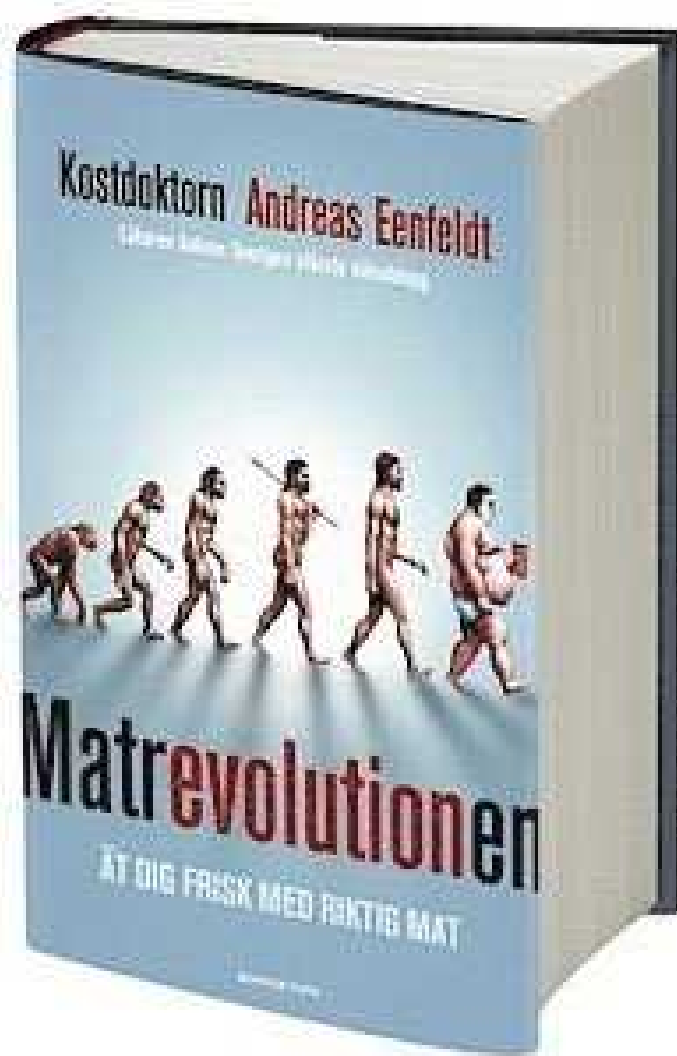


Tags: Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat las online bok; Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat bok pdf svenska; Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat ladda ner pdf e-bok; Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat MOBI download; Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat epub books download; Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat e-bok apple

---

## **Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat PDF E-BOK**

**Katarina Bjärvall**



Författare: Katarina Bjärvall

ISBN-10: 9789174241297

Språk: Svenska

Filstorlek: 2842 KB

## BESKRIVNING

Matrevolutionen är en lättläst och mycket spännande bok om kost och hälsa där Andreas "Kostdoktorn" Eenfeldt går på tvären mot flera av de rådande matråden. Solveig tappade 168 kilo. Kennet kunde lämna tillbaka tio av sina tolv mediciner till apoteket. Ett epileptiskt barn slutade plötsligt få anfall. Nya fall dyker upp dagligen och de har något gemensamt. Fascinerande nog har de börjat äta tvärtom mot vad de tidigare fått höra var nyttigt. Läkarvetenskapen har länge blundat för sådana berättelser. Men nu händer något. Allt fler moderna stora studier visar att det är dags att tänka om. Gårdagens lightprodukter inte bara smakar sämre och är fyllda av tillsatser. De visar sig också vara dåliga för vikten och hälsan. Det är hög tid för riktig mat igen. Detta är en revolution. Vill du också äta dig till en bättre hälsa? "De vetenskapliga anekdoterna är lika spännande, som insikten om hur ohälsosam den kost som skola, sjukvård och inte minst jag själv erbjuder är skrämmande." Anna-Viktoria Samuelsson, Tidningen Leva, nr 2, 2011 "En skrämmande ögonöppnare." Säfte-Tidningen ANDREAS EENFELDT är läkare och driver Sveriges största hälsoblogg Kostdoktorn.se. Här är kunskapen som dagligen får 10 000 att besöka den och mer. Boken avslutas med ett guideavsnitt fyllt av tips och recept samt vanliga frågor och svar: Allt du behöver för att starta din egen matrevolution.

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

### **Matrevolutionen -- Ät dig frisk med riktig mat - YouTube**

Vi är inne på 2010-talet. Världen är fetare än någonsin, offer för en epidemi av fetma och diabetes som tog våldsam fart under 1980-talet. Undvik fett! Under ...

### **Matrevolutionen ät dig frisk med riktig mat | Stockholms Stadsbibliotek**

Köp Matrevolutionen : Ät dig frisk med riktig mat. Vi är inne på 2010-talet. Världen är fetare än någonsin, offer för en epidemi av fetma och diabetes som ...

### **Boktipset - Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat**

Vill du äta dig friskare och smalare med riktig mat? Utan extrema dietprodukter, kaloriräkning eller hunger? Allt fler inser hur man gör. Epidemierna av ...

**Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat**

***LÄS MER***