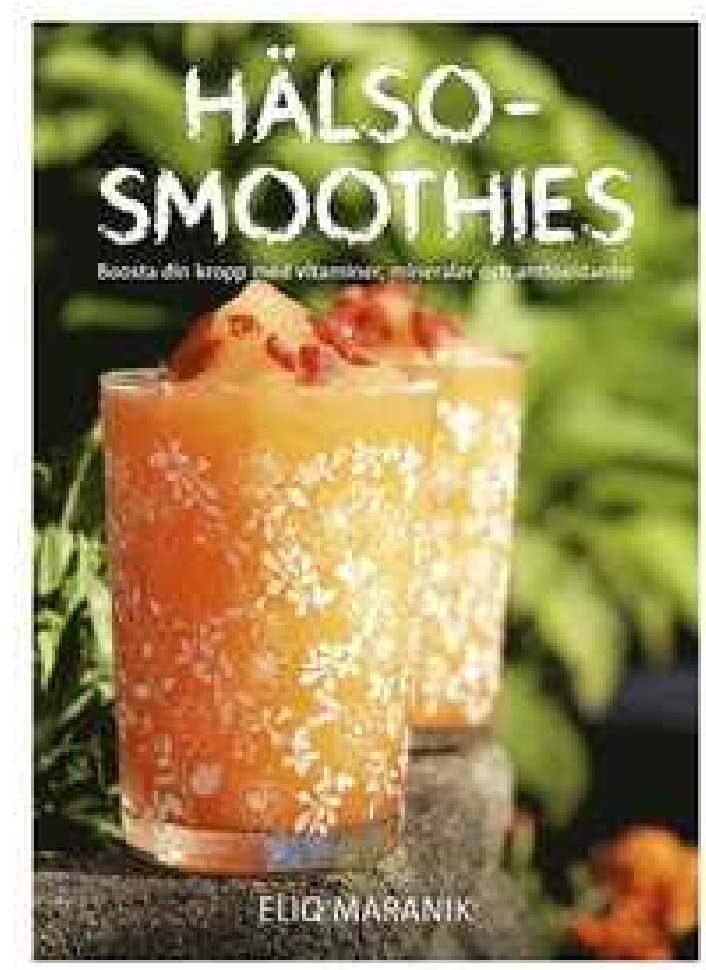


Tags: Häls-smoothies : boosta din kropp med vitaminer, mineraler och antioxidanter e-bok apple; Häls-smoothies : boosta din kropp med vitaminer, mineraler och antioxidanter las online bok; Häls-smoothies : boosta din kropp med vitaminer, mineraler och antioxidanter MOBI download; Häls-smoothies : boosta din kropp med vitaminer, mineraler och antioxidanter epub books download; Häls-smoothies : boosta din kropp med vitaminer, mineraler och antioxidanter ladda ner pdf e-bok; Häls-smoothies : boosta din kropp med vitaminer, mineraler och antioxidanter bok pdf svenska

Häls-smoothies : boosta din kropp med vitaminer, mineraler och antioxidanter PDF E-BOK

Eliq Maranik



Författare: Eliq Maranik
ISBN-10: 9789186287504
Språk: Svenska
Filstorlek: 2257 KB

BESKRIVNING

Hälsosmoothies nu som 4 -färgspocket! I alla tider har människan ätit frukt, bär och grönt för att må bra, men idag äter de allra flesta för lite av de ämnen som kroppen behöver för att upprätthålla god hälsa och vitalitet. Oavsett anledning så finns det smoothies för de flesta behov. En välkomponerad hälsosmoothie är uppiggande, renande, stärkande och viktbalanserande. Kroppen stärks och välbefinnandet ökar. Boken innehåller ett femtiotal lättlagade smoothiesrecept som gör att du mår bra och får kroppen i balans. Här finns smoothies för alla smaker. Energirika frukter och bär blandas med nyttiga fibrer, frö- och nötlor, alla sorters nötter och frön, alger, superbärpulver och andra naturliga kosttillskott. Smaka en chai-smoothie, en mango och saffrans smoothie eller varför inte en björnbär, havre eller vanilj-smoothie. Boken innehåller även praktiska och konkreta råd om hur frukt, grönsaker, bär, nötter, kosttillskott och andra ingredienser bör förvaras; vilka hälsoeffekter de ger; vad som går att frysa in; vilka fällor man bör undvika i mataffären och mycket annat som är bra att veta. Eliq Maranik har skrivit ett tiotal storsäljande mat- och dryckesböcker. Hennes senaste smoothiebok "101 Smoothies-underbara fruktdrinkar att njuta av" är såld i över 20 000 exemplar bara i Sverige, vann första pris i sin kategori vid Måltidsakademin 2012 och silvermedalj på den internationella Gourmand awards 2013. Flera av hennes böcker är översatta till 10 språk och finns utgivna i arton länder.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Hälso-smoothies : boosta din kropp med vitaminer, mineraler och ...

Pris: 75 kr. Inbunden, 2014. Skickas inom 13 vardagar. Köp Hälso-smoothies : boosta din kropp med vitaminer, mineraler och antioxidanter av Eliq Maranik på Bokus ...

Hälso-smoothies - Boosta din kropp med vitaminer, mineraler och

Encuentra Hälso-smoothies : boosta din kropp med vitaminer, mineraler och antioxidanter de Eliq Maranik, Anton Borgström, Eva Stjerne, Alan Maranik, Stefan ...

Hälso-smoothies: Boosta din kropp med vitaminer, mineraler och ...

Smoothien Apelsin och banan. Fler recept hittar du i Eliq Maraniks bok Hälsosmoothies - boosta din kropp med vitaminer, mineraler och antioxidanter.

HÄLSO-SMOOTHIES : BOOSTA DIN KROPP MED VITAMINER, MINERALER OCH ANTIOXIDANTER

LÄS MER