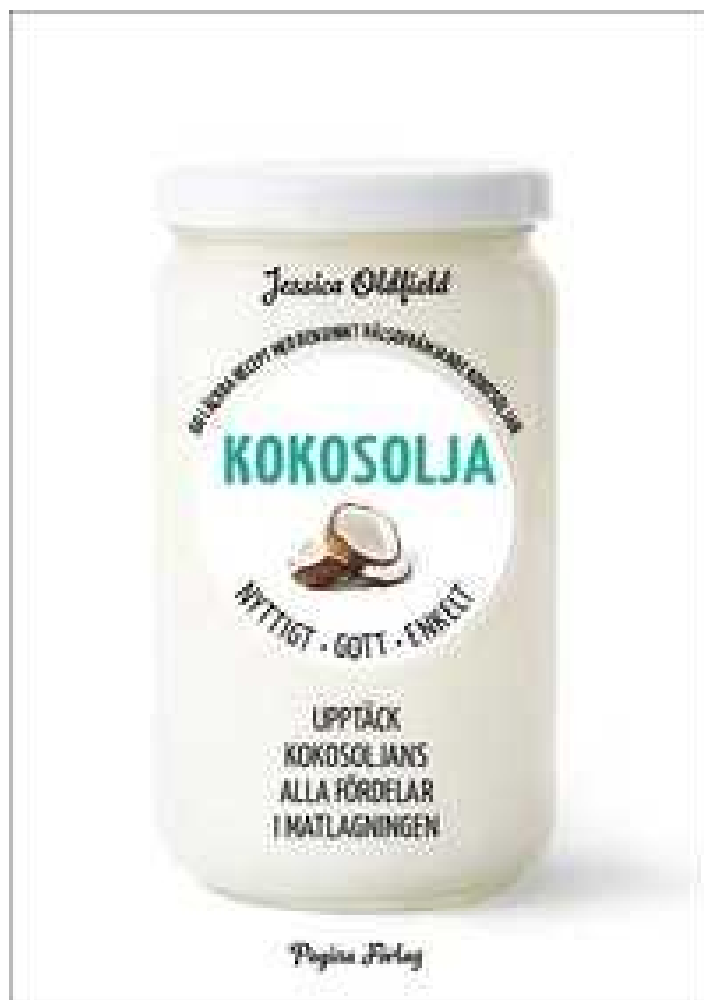


Kokosolja PDF E-BOK

Jessica Oldfield



Författare: Jessica Oldfield

ISBN-10: 9789163612602

Språk: Svenska

Filstorlek: 4009 KB

BESKRIVNING

Upptäck det fantastiska med mat och skönhetsvård som är gjord på kokosolja. Rent hälsomässigt är den en av de bästa oljor du kan använda om du normalt inte får i dig tillräckligt med mättade fetter. Den stärker immunförsvaret, återfuktar huden och hjälper matsmältningen. Om boken Här får du lära dig att ersätta andra oljor och smör med kokosolja samt hur du använder den till såväl mat som desserter. Vidare finns här recept för att göra egna skönhetsprodukter för hud, hår och tänder. I förhållande till andra vegetabiliska och animaliska fetter har kokosolja följande egenskaper: skyddar mot hjärt- och kärlsjukdomar, cancer, diabetes och många andra degenerativa sjukdomar har antibakteriella egenskaper när den används som krämfrämjar viktnedskning förbättrar upptaget av mineraler Recepten är anpassade så att du kan få tag på alla råvaror i Sverige. Ur innehållet Kokosoljans fördelar Varför kokosolja är superfood Varför välja kokosolja Grundrecept Smårätter Huvudrätter Snacks Sötsaker Desserter Skönhet Register

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Kokosolja - vitt guld bra för det mesta

KOKOSOLJA Virgin kokosolja smakar och luktar som kokos. Dödar bakterier som orsakar urinvägsinfektioner, gonorré, tandköttspåre, stafylokocker, MRSA ...

Kokosolja - "miraklet" för din hy och ditt hår | Hälsoliv

Kokosolja har blivit populärt inom allt från matlagning till hudvård. Men kokosolja har en baksida som kan ge dig problem med igentäppta porer och akne.

Kokosolja i fokus - Grön Gåva - grongava.se

Kokosolja är perfekt att ersätta smör eller olivolja med i både bakning och matlagning. Här har vi samlat våra goda recept.

LÄS MER