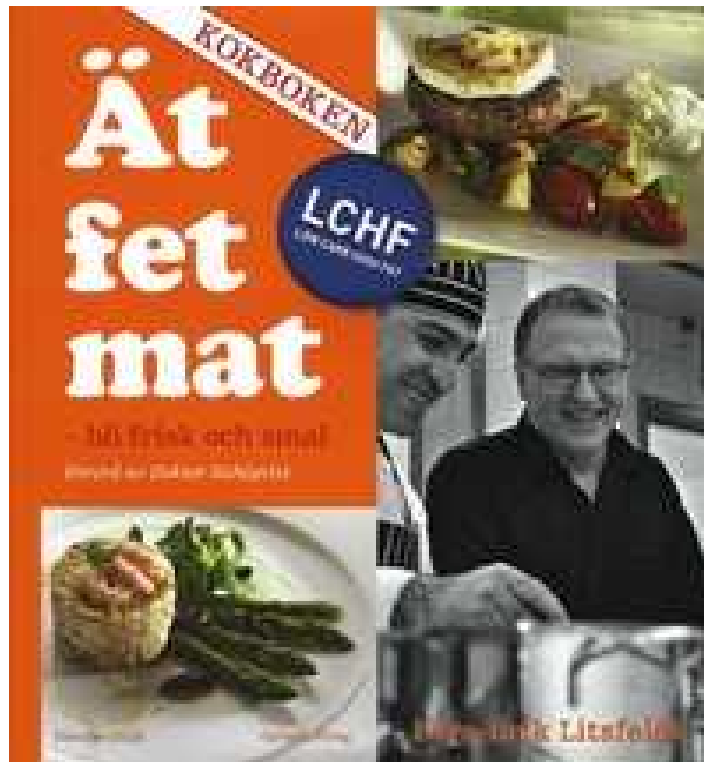


Tags: Ät fet mat! - bli frisk och smal med LCHF - KOKBOKEN bok pdf svenska; Ät fet mat! - bli frisk och smal med LCHF - KOKBOKEN e-bok apple; Ät fet mat! - bli frisk och smal med LCHF - KOKBOKEN MOBI download; Ät fet mat! - bli frisk och smal med LCHF - KOKBOKEN ladda ner pdf e-bok; Ät fet mat! - bli frisk och smal med LCHF - KOKBOKEN epub books download; Ät fet mat! - bli frisk och smal med LCHF - KOKBOKEN las online bok

Ät fet mat! - bli frisk och smal med LCHF - KOKBOKEN PDF E-BOK

Lars-Erik Litsfeldt



Författare: Lars-Erik Litsfeldt

ISBN-10: 9789172411777

Språk: Svenska

Filstorlek: 1432 KB

BESKRIVNING

LCHF - en smart modell för att gå ned i vikt, bli frisk och må bättre överhuvudtaget. Tycker du att du är för stor? Eller är du förkyld alldeles för ofta? Eller du kanske har diabetes? Eller vill du bara må bättre i största allmänhet? Bra, nu har du äntligen rätt bok i din hand för att göra något åt det. Kostmodellen sammanfattas i bokstavskombinationen LCHF, som står för Low Carb High Fat, dvs mat som innehåller liten andel kolhydrater och mycket animaliskt, naturligt fett. Det är mat som vår kropp är anpassad för till skillnad från de vanliga kolhydratpackade kostråd som vi dagligen utsätts för. Ut med tallriksmodellen alltså och in med god naturlig mat - sådan som mormorsmor skulle känt igen och tyckt om. Foto Peo Quick

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Ät dig frisk och smal | Gävle Kost & Livsstil - kostochlivsstil.se

2009, Kartonnage. Köp boken Ät fet mat! - bli frisk och smal med LCHF hos oss!

Ät fet mat bli frisk och smal med LCHF : innehåller veckomenyer och ...

Ät fet mat! - bli frisk och smal med LCHF av Lars-Erik Litsfeldt; Aldrig mera banta! : LCHF och KBT
Här är kokboken för dig som en gång för alla vill sluta ...

Ät fet mat! - bli frisk och smal med LCHF av Lars-Erik Litsfeldt ...

En LCHF-bok som ger dig alla kunskaper du behöver för att förstå hur LCHF fungerar.

ÄT FET MAT! - BLI FRISK OCH SMAL MED LCHF - KOKBOKEN

LÄS MER