

## I køkkenet med Dukan diæten PDF

Pierre Dukan



*Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.*



Forfatter: Pierre Dukan  
ISBN-10: 9788740009941  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 4154 KB

**BESKRIVELSE**

Bestselleren Dukan Diæten har hjulpet millioner af mennesker verden over med at tabe sig, og nu er opfølgeren, I køkkenet med Dukan Diæten, endelig at finde på dansk. Bogen er spækket med lækre retter, der beviser, at velsmagende mad ikke er en hindring for et permanent vægttab. De 200 opskrifter er udviklet til kurens to første faser, angrebsfasen og veksselfasen, og rummer derfor både rene proteinretter og retter med både proteiner og grønsager. Bogen byder på et mekka af smagsoplevelser og indeholder opskrifter på alt fra kold tomatsuppe og lakseterrine til osso bucco og provencalsk kylling for ikke at tale om de mange skønne desserter som blandt andet kaneltærte, cookies og citronmousse. Om forfatteren Pierre Dukan er fransk læge og har hjulpet millioner af mennesker med at tabe sig. Han har skrevet over tyve bøger, der tilsammen har solgt 2,5 millioner eksemplarer. Hans bestseller Dukan diæten har ligget på bestsellerlisterne i 10 år.

**HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

153+4 mm. Bestsellersen Dukan Diæten har hjulpet millioner af mennesker verden. i køkkenet med. er det ultimative kostprogram til dig, der ønsker et varigt vægttab.

Forlaget skriver: Bestsellersen Dukan Diæten har hjulpet millioner af mennesker verden over med at tabe sig, og nu er opfølgeren, I køkkenet med Dukan Diæten ...

I Køkkenet Med Dukan Diæten bog: Bestsellersen Dukan Diæten har hjulpet millioner af mennesker verden over med at tabe sig, og nu er opfølgeren, I kø...

## I KØKKENET MED DUKAN DIÆTEN

[Læs mere ...](#)