

Alors, on mange quoi ? PDF

Laurent Chevallier



Ceci est juste un extrait du livre de Alors, on mange quoi ?. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



DOWNLOAD PDF

Auteur: Laurent Chevallier

ISBN-10: 9782253187967

Langue: Français

Taille du fichier: 2953 KB

LA DESCRIPTION

Sucres en excès, graisses saturées, fruits pleins de pesticides..., comment nos assiettes ont-elles pu devenir de qualité aussi médiocre et à ce point inquiétantes ? Si aucun aliment n'est mauvais dans son état naturel, les multiples transformations qu'ils subissent posent question. A l'aide des données scientifiques les plus récentes, cet ouvrage vous aide à discerner le bon du toxique. - Une nouvelle approche globale de l'alimentation, du sol à la table.- Choisir ses produits pour protéger sa santé contre les maladies (cancers, AVC, diabète...) - Apprendre à consommer sain et à cuisiner bien.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Si tu me parle comme ça je vais au resto et toi tu te débrouille à faire ton repas ... Tu rigoles..va cuisiner tout seul, y a pas marqué pigeonne sur ...

Alors, on mange quoi ? - Le guide du bon sans toxique Claude Aubert, Laurent Chevallier 7,30 €

La conférence mensuelle de notre naturopathe, Sophie COCHET, abordera ce mois-ci le thème de notre alimentation quotidienne. Si aucun aliment n'est mauvais dans ...

ALORS, ON MANGE QUOI ?

[Lire la suite...](#)