

Smoothies PDF

Pawassar-I



Ceci est juste un extrait du livre de Smoothies. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



DOWNLOAD PDF

Auteur: Pawassar-I
ISBN-10: 9782035926463
Langue: Français
Taille du fichier: 3300 KB

LA DESCRIPTION

Découvrez comme il est simple de consommer des aliments sains et goûteux en préparant des smoothies originaux et nourrissants, à l'heure du goûter ou pour bien commencer la journée ! Persil, brocoli et céleri Mangué, fenouil et orange Kale, banane et orange Banane, goji et pomme Pastèque et menthe Miel, courge, orange et banane Muesli, banane, cacao et lait de macadamia Figue, citron, datte et grenade Ananas, eau de coco, avocat et chou frisé Datte, lait d'amandes et gingembre Pomme, épinard, raisin et persil Betterave, menthe et amandes Banane, fruits de la passion, ananas et coco Betterave, pomme, topinambour et salade Chou frisé, pomme, concombre et banane Banane, myrtilles et lait d'amandes Mangué, chou frisé et raisin Lait d'amandes, gingembre et vanille Noisettes, lait d'amandes et cacao Raisin, citron et betterave.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Avez-vous déjà succombé aux smoothies ? Ces boissons fraîches et onctueuses connaissent un succès fou : stars, fashionistas et reines du « healthy » ne jurent ...

Recettes de smoothies : les 17 recettes coup de cœur, rigoureusement sélectionnées par Chef Damien et Chef Christophe.

Découvrez toutes nos Recettes de smoothies proposées par nos chefs, ainsi que les techniques associées en vidéo !

SMOOTHIES

[Lire la suite...](#)