

Kokosolie - Naturens vidunder PDF

Laura Agar Wilson



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



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Laura Agar Wilson

ISBN-10: 9788778424273

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 2252 KB

BESKRIVELSE

På vej mod en mere naturlig kost er kokos-olien genopstået og blevet populær blandt mange sundhedsbevidste. Hvor vi tidligere blev anbefalet at skære fedtindtaget ned og spise raffinerede fødevarer, oplever vi nu det modsatte og noget af en kostrevolution. Hemmeligheden bag kokosoliens bemærkelsesværdige sundhedsmæssige fordele findes i den unikke fedtprofil. I modsætning til de fleste andre mættede fedtstoffer der er langkædede fedtsyrer, indeholder kokosolien mellemkædede fedtsyrer, som opfører sig anderledes i kroppen. De absorberes hurtigt og er lette at fordøje, hvilket gør kokosolien til en fremragende energikilde. Desuden lagres kokosolien ikke automatisk som fedt på samme måde som andre fedtsyrer. Kokosolie naturens vidunder, er en omfattende vejledning til, hvordan du kan bruge denne mangfoldige olie til et bedre helser, naturlig skønhed, sund mad og så kan den endda anvendes rundt om i hjemmet. Bogens forfatter Laura Agar Wilson er sundheds- og livsstilscoach, certificeret ved Institute of Integrative Nutrition og registreret medlem af forbundet Holistic Therapists. Hun bor med sin mand James og sønnen Finley i Durham i Storbritannien.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Undertitel: Over 200 fantasiske opskrifter, skønhed og helse, kost og rundt i hjemmet Forfatter: Laura Agar Wilson Originalsprog: eng På dansk ved: Tina D. Laursen ...

Kokosolie - naturens vidunder : over 200 fantastiske opskrifter : skønhed og helse, kost og rundt i hjemmet

Kokosolie - Naturens vidunder. PAPERBACK 229,95 DKK (1) Vis flere (-35) Shop Giv et gavekort
Bøger; Forfattere; Skoletilbehør; Kontorartikler; Spil; Hobby; Gaver ...

KOKOSOLIE - NATURENS VIDUNDER

[Læs mere ...](#)