

Hjernegod mad PDF

Anette Harbech Olesen



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



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Anette Harbech Olesen

ISBN-10: 9788799844425

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 1767 KB

BESKRIVELSE

Hjernegod mad - spis dig til bedre hukommelse er en kogebog, der er fyldt med opskrifter på mad, der kan holde din hjerne i topform. Bogen er baseret på solid videnskab, der her er omsat til let praktik og præsenteret i form af skøn, inspirerende og velsmagende hjernemad. Hjernegod mad - spis dig til bedre hukommelse er baseret på 34 delikate og sunde opskrifter fyldt med grønne kulhydrater, sunde fedtstoffer og gode proteiner, der i den rette kombination styrker hjernen og forkæler smagsløgene.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Bogen Hjernegod mad, er skrevet af Anette Harbech Olesen, som har skruet sin hidtil lækreste bog sammen med opskrifter, der virkelig får smagsløgene til at vågne.

Bevar hukommelse og kognitive færdigheder hele livet med bevidst livstil. Bliv klogere på sammenhængen mellem hjernefunktion og kost i bogen Hjernegod Mad.

Køb 'Hjernegod mad' bog nu. Hjernegod mad - spis dig til bedre hukommelse er en kogebog, der er fyldt med opskrifter på mad, der kan holde din ...

HJERNEGOD MAD

[Læs mere ...](#)