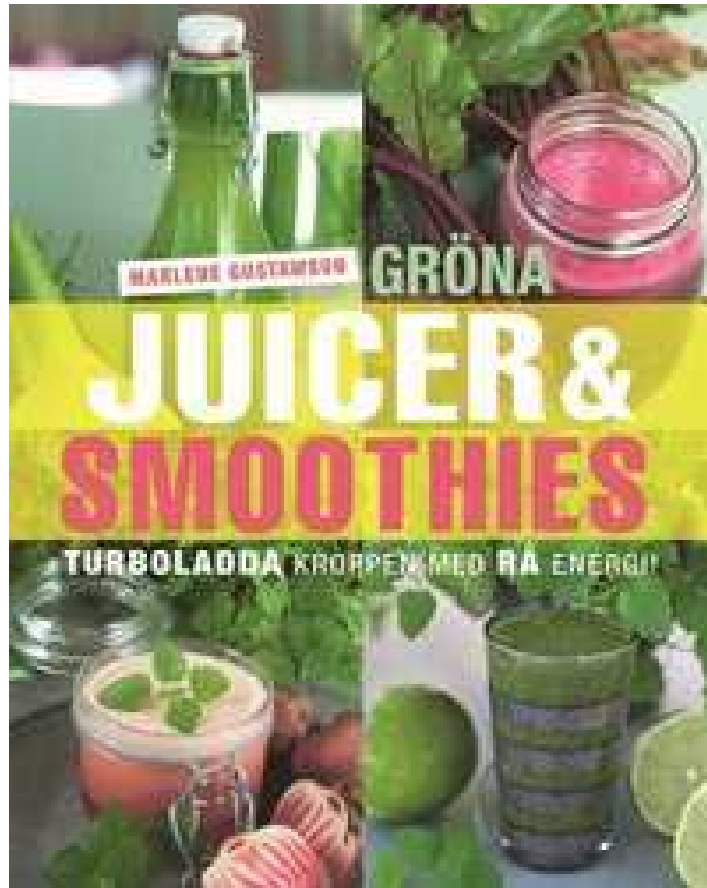


Tags: Gröna Juicer & smoothies : turboladda kroppen med rå energi! ladda ner pdf e-bok; Gröna Juicer & smoothies : turboladda kroppen med rå energi! las online bok; Gröna Juicer & smoothies : turboladda kroppen med rå energi! MOBI download; Gröna Juicer & smoothies : turboladda kroppen med rå energi! bok pdf svenska; Gröna Juicer & smoothies : turboladda kroppen med rå energi! epub books download; Gröna Juicer & smoothies : turboladda kroppen med rå energi! e-bok apple

---

## **Gröna Juicer & smoothies : turboladda kroppen med rå energi! PDF E-BOK**

**Marlene Gustawson**



Författare: Marlene Gustawson

ISBN-10: 9789176171530

Språk: Svenska

Filstorlek: 2858 KB

## BESKRIVNING

Turboladda kroppen naturligt med rå energi! Den här boken är en bibel för hur du maxar din hälsa med hemmagjorda juicer och smoothies. Boken innehåller cirka 100 recept på nyttiga juicer och smoothies, men det är också en gedigen kunskapskälla om olika näringsämnen. Här listas även sockerinnehåll för olika frukter så att man lär sig vilka frukter man ska vara mer försiktig med när man blandar juice efter eget recept. Utöver detta får man också grundliga genomgångar av t.ex. detoxkurer och fasta. Boken innehåller även kaloriberäknade recept för de som följer 5:2-dieten. Att göra juice och smoothies är ett oslagbart sätt att få i sig stora mängder grönt. Att knäpna i sig en påse morötter kan vara mödosamt, men att dricka dem går betydligt snabbare. Dessutom, när frukt och grönsaker finfördelas kan kroppen snabbare och lättare tillgodogöra sig näringsämnena. Marlene Gustawson är kostrådgivare och näringsterapeut med många års juicande bakom sig.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

**Gröna juicer & smoothies : turboladda kroppen med rå energi! bok ...**

Följande inlägg Recension: Gröna juicer och smoothies - turboladda kroppen med rå energi!

**Gröna juicer & smoothies - Tukan förlag - [tukanforlag.se](http://tukanforlag.se)**

Gröna juicer & smoothies : turboladda kroppen med rå energi! - är en bibel för som vill maxa din hälsa med hemmagjorda juicer och smoothies. Boken innehåller ...

**PDF Gröna Juicer & smoothies : turboladda kroppen med rå energi! PDF bok ...**

Köp Naturens mirakeldrycker : gröna juicer, smoothies, shots och longdrinks. ... Turboladda kroppen med rå energi och Gröna soppor & smoothie bowls.

**GRÖNA JUICER & SMOOTHIES : TURBOLADDA KROPPEN MED RÅ ENERGI!**

***LÄS MER***