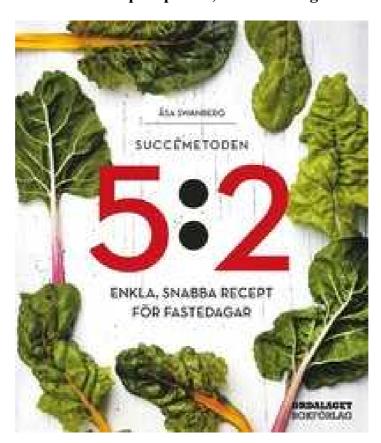
Tags: Succémetoden 5:2. Enkla, snabba recept för fastedagar MOBI download; Succémetoden 5:2. Enkla, snabba recept för fastedagar epub books download; Succémetoden 5:2. Enkla, snabba recept för fastedagar las online bok; Succémetoden 5:2. Enkla, snabba recept för fastedagar e-bok apple; Succémetoden 5:2. Enkla, snabba recept för fastedagar ladda ner pdf e-bok; Succémetoden 5:2. Enkla, snabba recept för fastedagar ladda ner pdf e-bok; Succémetoden 5:2. Enkla, snabba recept för fastedagar bok pdf svenska

Succémetoden 5:2. Enkla, snabba recept för fastedagar PDF E-BOK Maro Papadopoulou,Åsa Swanberg



Författare: Maro Papadopoulou,Åsa Swanberg ISBN-10: 9789174690941 Språk: Svenska

Filstorlek: 1928 KB

BESKRIVNING

"En aktuell och innehållsrik kokbok... Mycket näringsriktiga recept." Bibliotekstjänst, Eeva-Stiina Sundén5:2-metoden! Här lite snyggare och enklare! Av författaren till Saltå kvarn-böckerna!Dieten 5:2 gör succé i Sverige! Du äter vad gott du vill, bara mindre två dagar i veckan. Författarna gör den "enkla" 5:2-metoden än enklare!Boken innehåller cirka 90 recept på frukost, mellanmål, lunch och middag under halvfastedagarna. De är indelade i kalorispann och du kombinerar recepten fritt och efter hur just du vill äta (någon äter allt på en gång, andra lite i omgångar).Mellanmålen är för dig som kanske vill mjukstarta och testa dieten. Det finns även enstaka recept på uppemot 550 kcal/person för den som bara vill äta ett mål per dag. Alla recept är snabba och enkla att laga men samtidigt inspirerande och läckra, t ex "Morotoch kokoss-moothie" och "Kräftwrap". En del är storkok som man kan frysa in till kommande fastedagar då man sällan har lust att stå vid spisen.Maten är snyggt och stilsäkert fotad uppifrån. En 5:2-kokbok som inspirerar!ÅSA SWANBERG och MALOU HOLM är själva hängivna 5:2:are och samtidigt glada i ma och gott. De har tillsam-mans gjort flera framgångsrika kokböcker, bland andra Året runt med Saltå Kvarn, Vinterns goda och Bagarnas bästa bröd och bakverk, och gör tidningen BAKA. I boken berättar de om sina erfarenheter av dieten och ger sina bästa tips.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Ladda ner Succémetoden 5:2. Enkla, snabba recept för fastedagar av Åsa ...

Standalone book in the Alla böcker, Hälsa & fritid, Mat & Dryck genres. Available from Adlibris, Bokus. "En aktuell och innehållsrik kokbok ... Mycket ...

5:2 Meny - rasa i vikt med Expressens app | Hälsoliv | Expressen

Då kan det här vara bra tips för dig för fastedagarna! ... Mättande 5:2-recept med extra ... Med 5:2-guiden får du snabb åtkomst till tidigare ...

Succémetoden 5:2 : enkla, snabba recept för fastedagar bok .pdf Åsa ...

Pris: 125 kr. inbunden, 2014. Skickas inom 1-2 vardagar. Köp boken Succémetoden 5:2 : enkla, snabba recept för fastedagar av Åsa Swanberg (ISBN 9789174690705 ...

SUCCÉMETODEN 5:2. ENKLA, SNABBA RECEPT FÖR FASTEDAGAR

LÄS MER