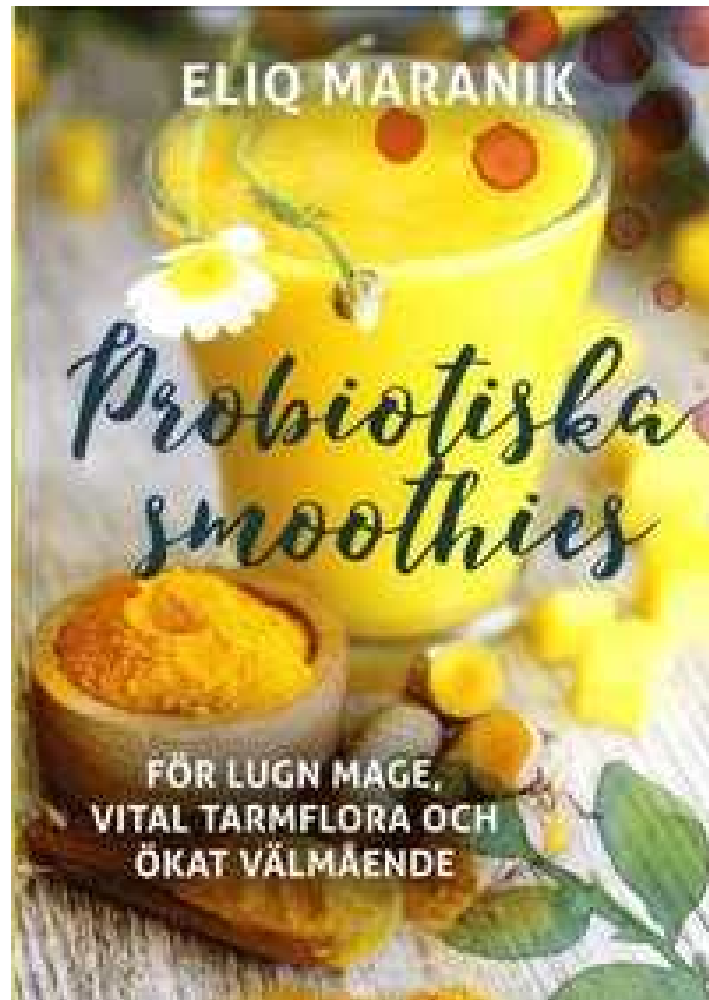


Tags: Probiotiska smoothies : För lugn mage, vital tarmflora och ökat välmående las online bok; Probiotiska smoothies : För lugn mage, vital tarmflora och ökat välmående ladda ner pdf e-bok; Probiotiska smoothies : För lugn mage, vital tarmflora och ökat välmående epub books download; Probiotiska smoothies : För lugn mage, vital tarmflora och ökat välmående MOBI download; Probiotiska smoothies : För lugn mage, vital tarmflora och ökat välmående bok pdf svenska; Probiotiska smoothies : För lugn mage, vital tarmflora och ökat välmående e-bok apple

Probiotiska smoothies : För lugn mage, vital tarmflora och ökat välmående PDF E-BOK

Anna Ottosson



Författare: Anna Ottosson
ISBN-10: 9789188397300

Språk: Svenska
Filstorlek: 4496 KB

BESKRIVNING

Att hälsosam matsmältning är nyckeln till en frisk kropp är känt sedan länge. Mindre känt är att också tarmfloran har stor inverkan på immunförsvar, energinivå, humör, koncentration, näringsupptag, kroppsvikt och livskvalitet. Hur gör man då för att stimulera de goda tarmbakterierna? Att införa nya, bättre matvanor behöver varken vara krångligt eller tidskrävande. Den absolut enklaste vägen till en stärkt mikroflora är att mata de goda bakterierna med fermenterad och fiberrik kost. I boken återvänder Eliq till urgammal kunskap och delar generöst med sig av sina bästa basrecept på fermenterade drycker och sina godaste smaksättningar. Probiotiska ingredienser blandas här med kryddor, frukt och grönt till smakrika och kraftfulla smoothies med lustfyllda namn, som Elixir of Life, Black magic, Brain Power fuel, Nordic love story och Fountain of youth. Drycker som inte bara är delikata utan även perfekta för god matsmältning och vital tarmflora. Om författaren: Eliq Maranik har skrivit ett tjugotal storsäljande mat- och dryckesböcker och tilldelats priser både i Sverige och utomlands. Idag omtalas hon som The Smoothie Queen och finns utgiven i närmare trettio länder.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

lugn mage | Jämför pris på lugn mage online - Kelkoo

Probiotiska smoothies : för lugn mage, vital tarmflora och ökat välmående (Innbundet) av forfatter Eliq Maranik. Kosthold. Pris kr 159. Se flere bøker fra Eliq ...

Probiotiska smoothies: För lugn mage, vital tarmflora coh ökat ...

Probiotiska smoothies : För lugn mage, vital tarmflora och ökat välmående.pdf --- Jenny Neikell --- 9789188397300 barn:. bokförlaget inom mat och dryck för ...

PDF Fotbollens matematik PDF E-BOK - appetite4life.org

Jämför priser på lugn mage och handla lugn mage på nätet från bra webbutiker online. Leta. Hitta. Spara. Kategorier ... Visa resultat för . Kategori

**PROBIOTISKA SMOOTHIES : FÖR LUGN MAGE, VITAL TARMFLORA OCH ÖKAT
VÄLMÅENDE**

LÄS MER