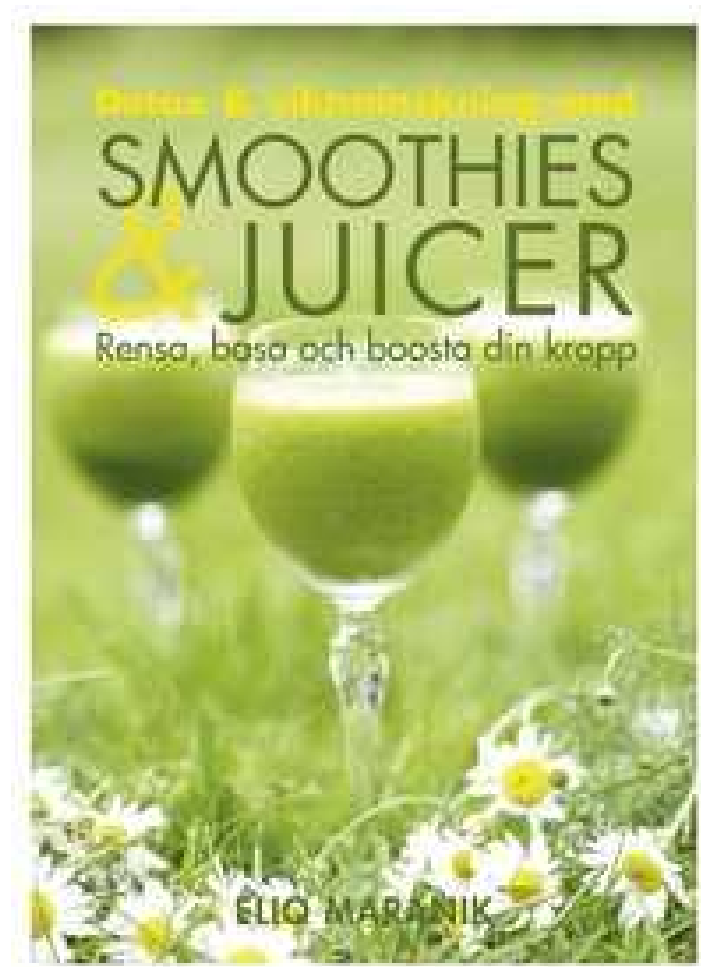


Tags: Detox & viktninskning med smoothies & juicer : rensa, basa och boosta din kropp epub books download; Detox & viktninskning med smoothies & juicer : rensa, basa och boosta din kropp MOBI download; Detox & viktninskning med smoothies & juicer : rensa, basa och boosta din kropp bok pdf svenska; Detox & viktninskning med smoothies & juicer : rensa, basa och boosta din kropp e-bok apple; Detox & viktninskning med smoothies & juicer : rensa, basa och boosta din kropp ladda ner pdf e-bok; Detox & viktninskning med smoothies & juicer : rensa, basa och boosta din kropp las online bok

Detox & viktninskning med smoothies & juicer : rensa, basa och boosta din kropp PDF E-BOK

Eliq Maranik



Författare: Eliq Maranik
ISBN-10: 9789186287733
Språk: Svenska
Filstorlek: 3873 KB

BESKRIVNING

Vill du känna dig friskare, starkare och gladare? Vill du få slät hy, glansigt hår, välfungerande mage och starkt immunförsvar? Vill du tappa några trivselkilon utan att känna dig hungrig? Då är detta boken för dig! Det är ganska enkelt att komma igång med ett veckoprogram fyllt med naturlig energi och härliga råvaror. Du börjar med att rensa kroppen från alla gifter, därefter basar du med nyttiga juicer och smoothies och sedan turboboostar du med superfood, nyttiga fröoljor, nötter och frön. Genom att ändra dina matvanor kommer du snabbt att uppleva en mängd positiva hälsoeffekter. I boken presenteras ett 60-tal recept på smoothies och juicer som lyfter såväl sinnet som kroppen. Här finns även praktiska och konkreta råd om hur frukt, grönsaker, bär, nötter, kosttillskott och andra ingredienser bör förvaras; vilka hälsoeffekter de ger; vad som går att frysa in; vilka fällor man bör undvika i mataffären och mycket annat som är bra att veta. En rejäl energikick är den perfekta starten på en hälsosam livsstil! Eliq Maranik har skrivit ett tiotal storsäljande mat- och dryckesböcker. Hennes smoothiebok "101 Smoothies-underbara fruktdrinkar att njuta av" är såld i över 35000 exemplar bara i Sverige och vann första pris i sin kategori vid Måltidsakademin 2012 och silvermedalj på den internationella Gourmand awards 2013. Många av Eliqs böcker är översatta till tio språk och finns utgivna i arton länder.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Trött och hängig? Gör en juice-detox! | MåBra

Detox & viktninskning med smoothies & juicer : rensa, basa och boosta din kropp PDF ladda ner
LADDA NER LÄSA Beskrivning Författare: Eliq Maranik. Vill du känna ...

Kickstarta året med en detox | Aftonbladet

Vill du känna dig friskare, starkare och gladare? Vill du få slät hy, glansigt hår, välfungerande mage och starkt immunförsvar? Vill du tappa några ...

Detox & viktninskning med smoothies & juicer : rensa, basa och boosta ...

Buy Detox & viktninskning med smoothies & juicer : rensa, basa och boosta din kropp by Eliq Maranik, Alan Maranik, Stefan Lindström (ISBN: 9789186287733) from Amazon ...

**DETOX & VIKTMINSKNING MED SMOOTHIES & JUICER : RENSA, BASA OCH BOOSTA
DIN KROPP**

LÄS MER