

Tags: LCHF i ditt kylskåp ladda ner pdf e-bok; LCHF i ditt kylskåp epub books download; LCHF i ditt kylskåp las online bok; LCHF i ditt kylskåp bok pdf svenska; LCHF i ditt kylskåp e-bok apple; LCHF i ditt kylskåp MOBI download

LCHF i ditt kylskåp PDF E-BOK

Martina Johansson



Författare: Martina Johansson

ISBN-10: 9789172412248

Språk: Svenska

Filstorlek: 4388 KB

BESKRIVNING

LCHF-maten finns för alla. Airam (Maria Höglund) har varit hemma hos flera familjer, öppnat deras kylskåp och utifrån familjens behov skapat kreativa och enkla rätter enligt LCHF-modellen (LCHF innebär en kosthållning med ett minimum av kolhydrater och mera fett). Airam har varit hemma hos: singelhushåll, småbarnsfamilj, tonårsfamilj, vegetarianer, överviktiga. Här finns massor av läckra och lättlagade recept, inte bara för människor med problem, utan för oss alla som vill må bra. Recepten passar också utmärkt om du är glutenintolerant. Airam har tidigare medverkat i böckerna Doktor Dahlgvist och Airams LCHF-kokbok och LCHF-kokbok till fest och helg. Airam är utbildad kock och arbetar till vardags som distriktssköterska.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Fynda Spännande Faktaböcker billigt på nätet - Fri frakt | Fyndiq Snabbt

Här är 15 livsmedel som folk förvarar i kylskåp men som inte hör ... LCHF; GI; Drycker ... hör definitivt inte hemma i ditt kylskåp eftersom de kommer att ...

LCHF fem produkter du alltid vill ha i kylskåpet - LCHF guiden

Den här utgåvan av Frisk med LCHF : ... LCHF i ditt kylskåp Maria Höglund ... Sätt ditt betyg ...

Kylskåp | Ditt kylskåp - kyl & mat

Rivstarta med LCHF och säg hej då till sötsug och extra-kilon. ... - Ditt blodsocker blir mer stabilt och kommer att ligga på en normal nivå.

LCHF I DITT KYLSKÅP

LÄS MER