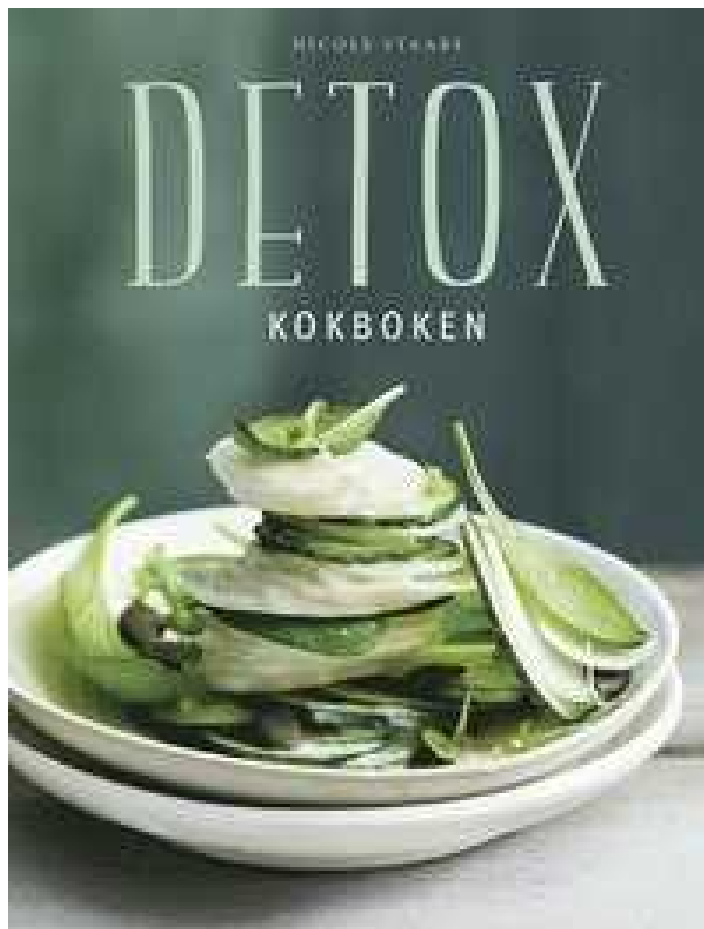


Detox : kokboken PDF E-BOK

Nicole Staabs



Författare: Nicole Staabs
ISBN-10: 9789176175217
Språk: Svenska
Filstorlek: 2088 KB

BESKRIVNING

Detox är inte längre bara för de inbitna hälsokostentusiasterna utan för alla och med den här boken får man en grundlig kurs i ämnet samt en mängd recept på detox-mat. Kaffe, stress och mat på stående fot - vår hälsa sätts på hårda prov i vardagen. Som resultat av detta blir vi trötta och slitna. Med tiden märks det förstås även på midjemåttet. Med en detoxkur får kroppen en omstart. Ämnesomsättningen kommer i fas, skadliga gifter rensas ut och du återfår din idealvikt. I boken får du förslag på hur en detoxplan kan se ut. Vare sig det handlar om en vecka eller tre dagar. Effektiva detoxrecept för frukost, lunch och middag. Kompletta detoxprogram för en helg respektive en vecka.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Detox : kokboken - Nicole Staabs - böcker (9789176173831) | Adlibris ...

Detox: Sopprecept. Upplägget på nästa veckas detoxtema är alltså soppor och smoothies de tre första dagarna. Det kommer att komma ett inlägg med smoothie ...

Detox : kokboken - E-bok - Nicole Staabs (9789176175217) - bokus.com

En 5-dagars juicefasta kan göra underverk för både hälsa och humör. Gör en detox med experten Renée Voltaire, här är hennes bästa tips!

Detox kokboken | Stockholms Stadsbibliotek

Köp 'Detox : kokboken' bok nu. Detox är inte längre bara för de inbitna hälsokostentusiasterna utan för alla och med den här ...

LÄS MER