

Ketokuren PDF E-BOK

Hanna Olvenmark



Författare: Hanna Olvenmark

ISBN-10: 9788771556827

Språk: Svenska

Filstorlek: 3087 KB

BESKRIVNING

Bantningskuren nr. 1 i USA! Med recept för dagens alla måltider! Har du provat många bantningskurer men ännu inte nått ditt mål? Då är det hög tid att testa något nytt! Ketokuren är den nya metoden som slagit stort i USA. Ketokuren är en strikt version av LCHF, och bygger på samma grundprinciper. Följer du ketokuren kommer max 5% av ditt kaloriintag från kolhydrater. När kroppen får så lite kolhydrater börjar den förbränna fett istället för kolhydrater... och då rasar kilona! Ketokuren stabiliserar ditt blodsocker och hämmar aptiten- 60 enkla och spännande recept - så goda att du inte kommer att sakna kolhydraterna- De flesta recept kan lagas på mindre än 30 minuter- Du kan fortfarande njuta av bacon, ägg och grädde

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Succes med Keto-kuren af Amy Ramos | 269 kr

Hvis du interesserer dig for sundhed og motion, er der stor sandsynlighed for at du allerede har hørt om keto-kuren. De sidste par år har denne livsstil nærmest ...

Succes med Keto-kuren | Amy Ramos (Bog, Indbundet)

Ketokuren är en strikt version av LCHF, och bygger på samma grundprinciper. Följer du ketokuren kommer max 5% av ditt kaloriintag från kolhydrater.

Succes med Keto-kuren - buuks.dk

Ketolyse / keto kuren - tips, tricks og alle de ting du skal vide, inden du går igang med at spise keto kost. Med videoer!

LÄS MER