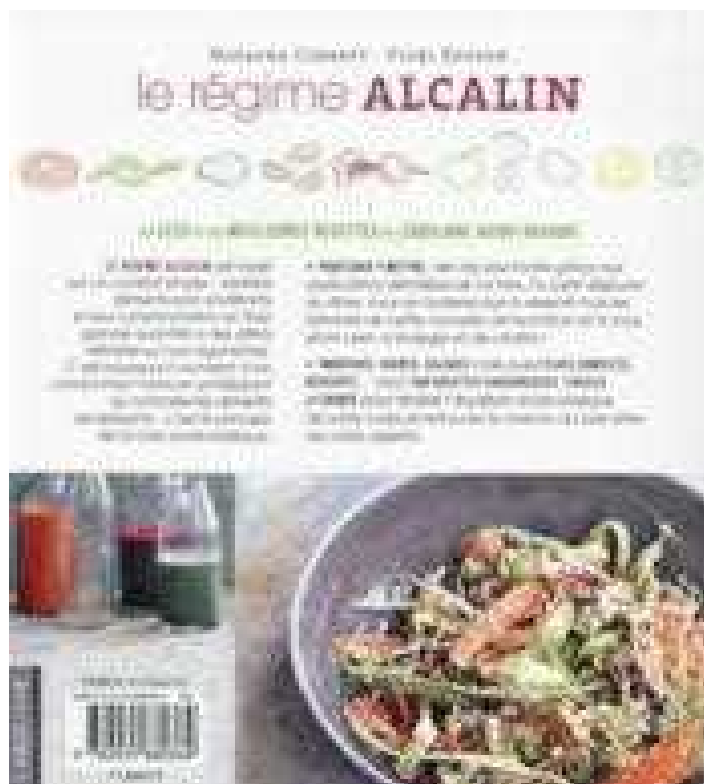


Mots clés: telecharger Le régime alcalin pdf, Le régime alcalin mobi, Le régime alcalin epub gratuitement, Le régime alcalin torrent, Le régime alcalin lire en ligne.

---

## Le régime alcalin PDF

Corret, N.; Edgson, V.



*Ceci est juste un extrait du livre de Le régime alcalin. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.*



Auteur: Corret, N.; Edgson, V.

ISBN-10: 9782035880369

Langue: Français

Taille du fichier: 2037 KB

## LA DESCRIPTION

Ballonnements, digestion difficile et autres tracasseries corporelles trouvent leur origine dans un mauvais équilibre alimentaire. Le régime alcalin, apporte des réponses concrètes et efficaces pour y remédier ! Vous trouverez dans ce livre : Les principes d'une alimentation alcaline : Réduire les aliments trop acidifiants (céréales transformées, gluten, matières grasses, produits laitiers...) - Privilégier les aliments alcalins pour améliorer l'équilibre acido-basique de votre repas et combiner les trois groupes d'aliments (glucides, protéides et lipides), pour un résultat équilibré, sans état de manque. ... Lire la suite Choisir des produits proches de la nature, majoritairement végétariens pour compléter les fruits et légumes. 100 recettes équilibrées et savoureuses qui font la part belle aux fruits, légumes et aux aliments alcalins : smoothies verts et fruités, granolas et porridges du petit-déjeuner soupes, entrées, plats complets, desserts, boissons... Un régime alimentaire qui conquiert chaque jour de nouveaux adeptes, plébiscité par les naturopathes et spécialistes de l'alimentation. Un livre écrit à quatre mains avec la double expérience d'une nutritionniste et d'une cuisinière émérite, qui partagent le goût des produits naturels et bons pour notre santé.

**QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?**

Doit-on adopter un régime méditerranéen? Doit-on choisir un régime asiatique et bouffer des quantités absurdes de tofu?

Ce régime a été mis en lumière grâce à la nutritionniste Vicki Edgson et la chef Natasha Corrett à travers leur ouvrage intitulé "Le régime Alcalin" 1.

Editions Larousse, Natasha Corrett et Vicki Edgson. Photographies de Lisa Linder \* Avez-vous déjà entendu parler du régime alcalin ? Moi oui, depuis fort longtemps ...

## LE RÉGIME ALCALIN

[Lire la suite...](#)