

LA DESCRIPTION

L'huile de coco, un véritable élixir santé-beauté Ce guide complet et accessible à tous va vous faire découvrir les innombrables bienfaits de l'huile de noix de coco. Longtemps dénigrée en raison de sa richesse en graisses saturées, l'huile de coco est aujourd'hui reconnue comme une huile extraordinairement saine, car elle renferme des triglycérides à chaîne moyenne, des graisses utilisées très rapidement, qui ne sont pas stockées. Découvrez les multiples usages, souvent méconnus, de l'huile de coco ? conseils d'utilisation à l'appui.. Savez-vous qu'en l'intégrant à votre régime, vous pouvez perdre du poids plus rapidement ?. Qu'elle est l'huile de choix pour la cuisson ?. Qu'elle peut vous aider à triompher des infections ?. Qu'elle est recommandée pendant un traitement contre le cancer ?. Qu'elle peut retarder l'apparition d'Alzheimer ?. Qu'elle nourrit les cheveux et leur donne de la brillance ?... Lire la suite. Qu'elle améliore l'hydratation de la peau et prévient les rides ?. Qu'elle est non seulement sans danger mais prévient même hypertension et athérosclérose ?Lisez ce guide et vous ne pourrez plus vous passer d'huile de coco !BONUS . Des repères pour bien la choisir et l'utiliser . 20 recettes incontournables pour la cuisiner au quotidien . Des conseils pour en faire votre alliée " beauté " : spray hydratant, masque capillaire, fortifiant ongles, lotion antieczéma.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Guide sur l'huile de coco vierge, extra vierge, raffinée, non raffiné, et biologique. Les avantages pour la cuisine, la santé, la peau et le corps. Comment l'utiliser ?

Télécharger un extrait du livre. Ce guide complet et accessible à tous va vous faire découvrir les innombrables bienfaits de l'huile de noix de coco.

Noté 4.3/5. Retrouvez Le Guide de l'huile de coco et des millions de livres en stock sur Amazon.fr. Achetez neuf ou d'occasion

LE GUIDE DE L'HUILE DE COCO

[Lire la suite...](#)