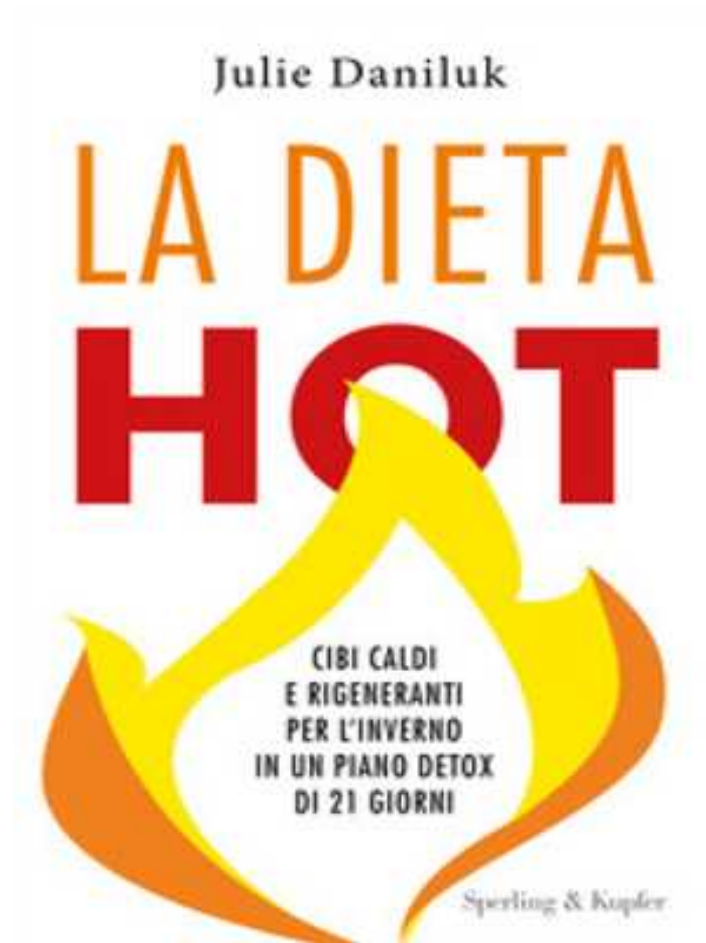


## La dieta Hot PDF

**Julie Daniluk**



*Questo è solo un estratto dal libro di La dieta Hot. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



Autore: Julie Daniluk  
ISBN-10: 9788820063368  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 4234 KB

## DESCRIZIONE

La nostra salute e la nostra forma fisica dipendono da come assimiliamo il cibo, da come il nostro corpo riesce ad assorbire le sostanze nutritive e a liberarsi dalle tossine. La dieta Hot è uno straordinario e potente strumento per ridurre lo stress a carico dell'apparato digerente, consumando alimenti curativi ed evitando quelli potenzialmente dannosi. Basata sulla saggezza millenaria orientale, applica l'antica pratica di scaldare il nucleo dell'organismo attraverso un programma di intensa detossificazione ad alto potere antinfiammatorio, che ci offre un gustoso menù caldo e ricco di sapori deliziosi: zuppe colorate, morbide creme, soffici sformati, dolci squisiti. I risultati non si ottengono riducendo alla fame l'organismo, impoverendolo di sostanze nutritive preziose o ricorrendo a integratori. Invece di adottare una dieta lampo o di seguire un digiuno che vi lascerà affamati di dolci, di fritti e altri cibi nocivi, potrete gustare alimenti benefici, con un approccio bilanciato in tre, dieci o ventuno giorni con oltre cento ricette. La dieta Hot vi darà inoltre la possibilità di perdere peso, migliorare la salute della vostra pelle e risollevare l'umore...

## **COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Benvenuto sulla sezione dedicata alla dieta. Segui i nostri consigli per perdere peso naturalmente e dimagrire in salute e visita [Starbene.it](http://Starbene.it)

A giudicare dal suo profilo Instagram, Elisa Isoardi non farà rimpiangere Antonella Clerici al timone de La prova del Cuoco! La bella conduttrice RAI, not

## LA DIETA HOT

[Leggi di più ...](#)