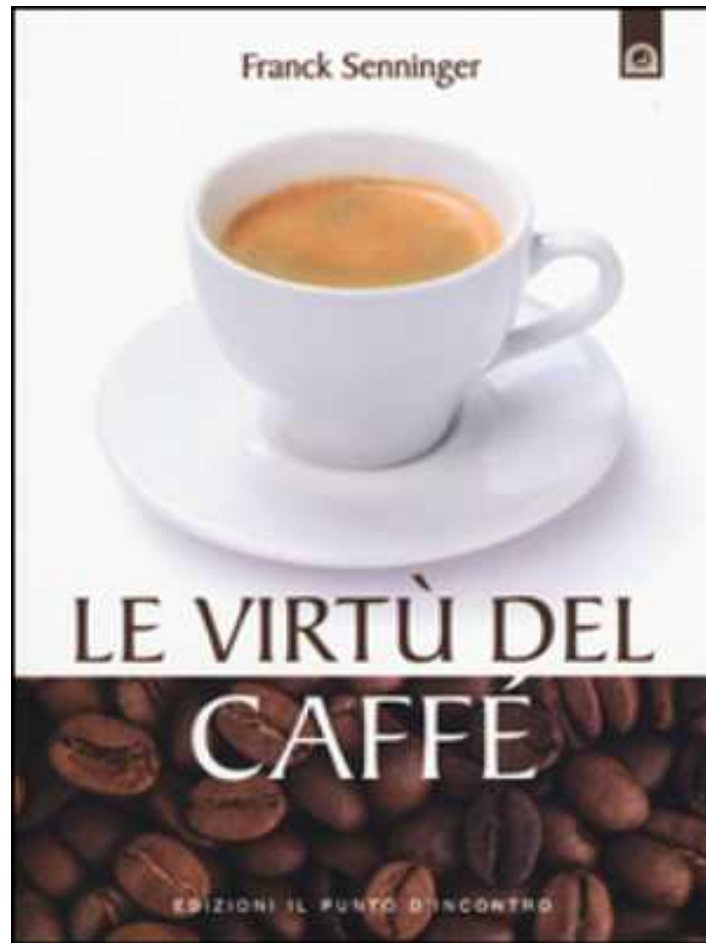


## Le virtù del caffè PDF

Franck Senninger



*Questo è solo un estratto dal libro di Le virtù del caffè. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



**DOWNLOAD PDF**

Autore: Franck Senninger  
ISBN-10: 9788868201203  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 1438 KB

## DESCRIZIONE

Quando ti prendi una pausa con un buon caffè "che ti tira su", sai che stai anche dando una mano alla tua salute? In Questa piccola guida pratica scoprirai i numerosi benefici che il caffè può offrirti, dalle vitamine ai minerali a una gran quantità di antiossidanti efficaci contro i radicali liberi, in misura ben superiore rispetto ad alimenti ritenuti antiossidanti per eccellenza, come tè, mirtilli, mele e kiwi. I benefici del caffè non si limitano al cervello, per effetto della caffeina, o alle malattie dell'invecchiamento. Questa magica bevanda ha infatti dimostrato di svolgere un'azione benefica nei confronti di svariate patologie, dai disturbi del fegato al diabete, dalla gotta all'ipertensione. Può addirittura aiutare nella prevenzione di alcune malattie cardiovascolari e certi tipi di tumore. Espresso, ristretto, lungo, decaffeinato, macchiato, macchiato, marocchino, cappuccino con o senza schiuma, freddo o shakerato, ogni momento della giornata è "Quello giusto" per gustarsi la propria versione preferita.

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

Le virtù del caffè le sostanze presenti polifenoli e caffeina, avrebbero un effetto positivo nel mantenere la salute, ridurre i rischi cardiovascolari . . .

Quando ti prendi una pausa con un buon caffè "che ti tira su", sai che stai anche dando una mano alla tua salute? In questa piccola guida pratica scoprirai i ...

Un classico italiano,il caffè [VIDEO] presenta delle virtù che non molti conoscono, eppure viene consumato ogni giorno dopo pranzo, a colazione, insomma ...

## **LE VIRTÙ DEL CAFFÈ**

[Leggi di più ...](#)