

Ricette Paleo. Ediz. a colori PDF

Amelia Wasiliev



Questo è solo un estratto dal libro di Ricette Paleo. Ediz. a colori. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Amelia Wasiliev
ISBN-10: 9788867531752
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3093 KB

DESCRIZIONE

Lo stile di vita paleo saprà rigenerarvi nella vita di ogni giorno. Grazie alle ricette di questo volume, abbinate a esercizio fisico, a un buon ritmo del sonno e a una riduzione dello stress, vi sentirete pieni di vita e di energia. Scoprite la lista degli alimenti paleo e tutte le ricette di base. Pasti sani ed equilibrati, per mattino, mezzogiorno e sera, oltre a deliziosi spuntini per sostenervi nelle vostre attività. Un programma di menu articolati su due settimane per aiutarvi ad adottare uno stile di vita paleo.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Lo stile di vita paleo saprà rigenerarvi nella vita di ogni giorno

Scopri le ultime uscite e tutti gli altri libri scritti da Amelia Wasiliev.

Ricette Paleo. Ediz. a colori Wasiliev Amelia Wasiliev Alex edizioni Guido Tommasi Editore-Datanova collana Green&good, 2017

RICETTE PALEO. EDIZ. A COLORI

[Leggi di più ...](#)