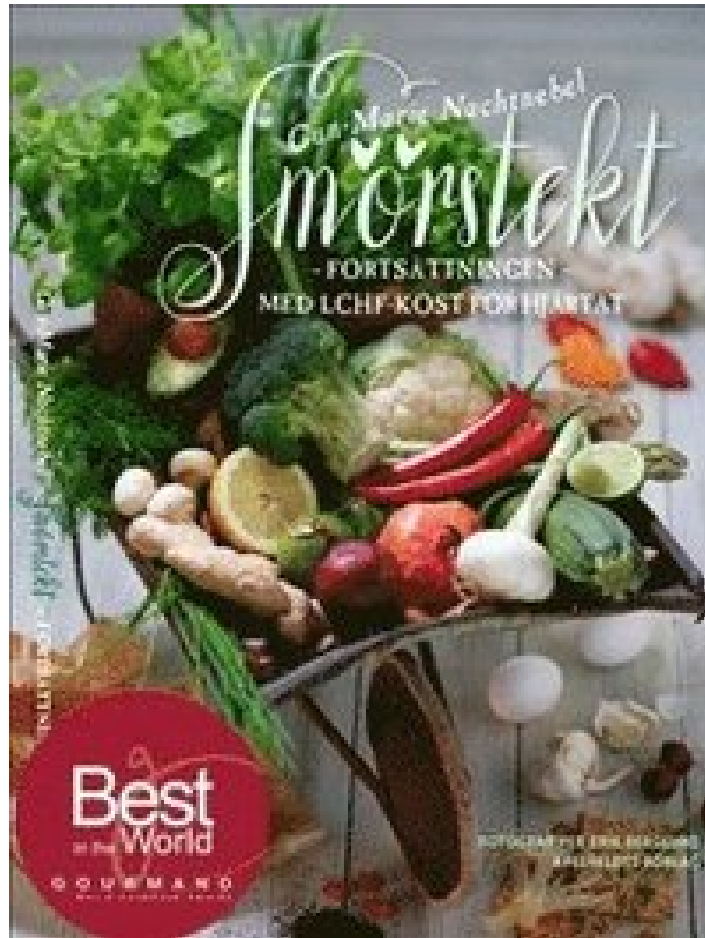


Keywords: Smörstek : fortsättningen - med LCHF-kost för hjärtat PDF pdf bok på svenska, ladda ner Smörstek : fortsättningen - med LCHF-kost för hjärtat ePUB, Smörstek : fortsättningen - med LCHF-kost för hjärtat las online, Smörstek : fortsättningen - med LCHF-kost för hjärtat download

---

## Smörstek : fortsättningen - med LCHF-kost för hjärtat PDF

Gun-Marie Nachtnebel, Annika Tidehorn



*Det här är bara ett utdrag ur Smörstek : fortsättningen - med LCHF-kost för hjärtat bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



**DOWNLOAD PDF**

Författare: Gun-Marie Nachtnebel, Annika Tidehorn

ISBN-10: 9789198175110

Språk: Svenska

Filesize: 2531 KB

## BESKRIVNING

Världsvinnare i kategorin: Best Cookbook Photography in the world 2017 in Gourmand Awards. Ny bok med LCHF-kost för att skydda hjärtat. Kosten är även bra mot diabetes typ-2, övervikt och svåra kariesproblem då den är fri från vanligt socker och kemiska tillsatser. Kosten passar alla och den ger tillräckligt med energi som är enligt rekommendationerna från WHO, NNR och Livsmedelsverket. Boken är faktagranskad av specialistläkare, glutenfri och blodsockersänkande. Gun-Marie Nachtnebel är legitimerad gymnasielärare med flera års utbildning i kost och hälsa. Hon har skrivit den första svenska kokboken med LCHF "Smörstekt", hon har en gedigen kunskap inom näring och dieter. Den här boken vänder sig till den som vill äta en LCHF-kost som är anpassad för att skydda hjärtat. Genom att använda studier som underlag har nya recept tillkommit och andra har små ändringar. Förord av professor Gahnberg.

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Hjärnforskaren: Här är värsta riskerna med skärmtid för små barn . Från trasig parrelation till föräldrateam - 9 konkreta tips för att lyckas.

Recepten i Smörstekt fortsättningen med LCHF-kost för hjärtat är bra för hela kroppen även ... fortsättningen med LCHF-kost för hjärtat har en kost som ...

Mitt bästa beslut i livet någonsin är när jag bytte kost-modell till ketogen LCHF-kost. Detta gjorde jag för ... Hjärtat får problem att pumpa ... Med ketogen ...

**SMÖRSTEKT : FORTSÄTTNINGEN - MED LCHF-KOST FÖR HJÄRTAT**

[Fortsätt läsa...](#)