

Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat PDF

Robert Lustig



Det här är bara ett utdrag ur Matrevolutionen : ät dig frisk med riktig mat bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Robert Lustig
ISBN-10: 9789172322523
Språk: Svenska
Filesize: 3089 KB

BESKRIVNING

Frisk och smal med lågkolhydratkost"Ut med rädslan för naturligt fett, ut med industritillverkade lightprodukter. Ut med den överdrivna kolesterolskräck som bara gläder läkemedels- och margarinindustrin. Tillbaka till riktig mat. Mat tillagad med kärlek, och allt smör du vill." Andreas EenfeldtLågkolhydratkosten blir allt populärare, fettskräcken avtar. Är du nyfiken på hur och varför LCHF är det bästa sättet att hålla sig frisk och smal? Vill du också ta del av kostdoktors njutmetod? Följ med på en spännande resa från fettskräckens tid till en ny och stor matrevolution som kan göra dig till en friskare människa. I den här boken ger dig Andreas Eenfeldt både teori och praktik på ett underhållande sätt.Detta är en revolution. Vill du också äta dig till en bättre hälsa?Andreas Eenfeldt är läkare och driver Sveriges största hälsoblogg Kostdoktor.se. Här är kunskapen som dagligen får 25 000 att besöka den - och mer. Boken avslutas med ett guideavsnitt fyllt av tips och recept samt vanliga frågor och svar: Allt du behöver för att starta din egen matrevolution."Otroligt intressant och välskriven. [...] Många aha-upplevelser." Ola Lauritzson "En skrämmande ögonöppnare." Säfte-Tidningen

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Pris: 55 kr. Pocket, 2012. Skickas inom 1-3 vardagar. Köp Matrevolutionen : åt dig frisk med riktig mat av Andreas Eenfeldt på Bokus.com. Boken har 45 st ...

En föreläsning av Kostdoktorn Andreas Eenfeldt som handlar om varför vi är tjocka och vilken mat du ska äta.

2012, Pocket. Handla online - Hos dig inom 1-4 arbetsdagar. Köp boken Matrevolutionen : åt dig frisk med riktig mat hos oss!

MATREVOLUTIONEN : ÄT DIG FRISK MED RIKTIG MAT

[Fortsätt läsa...](#)