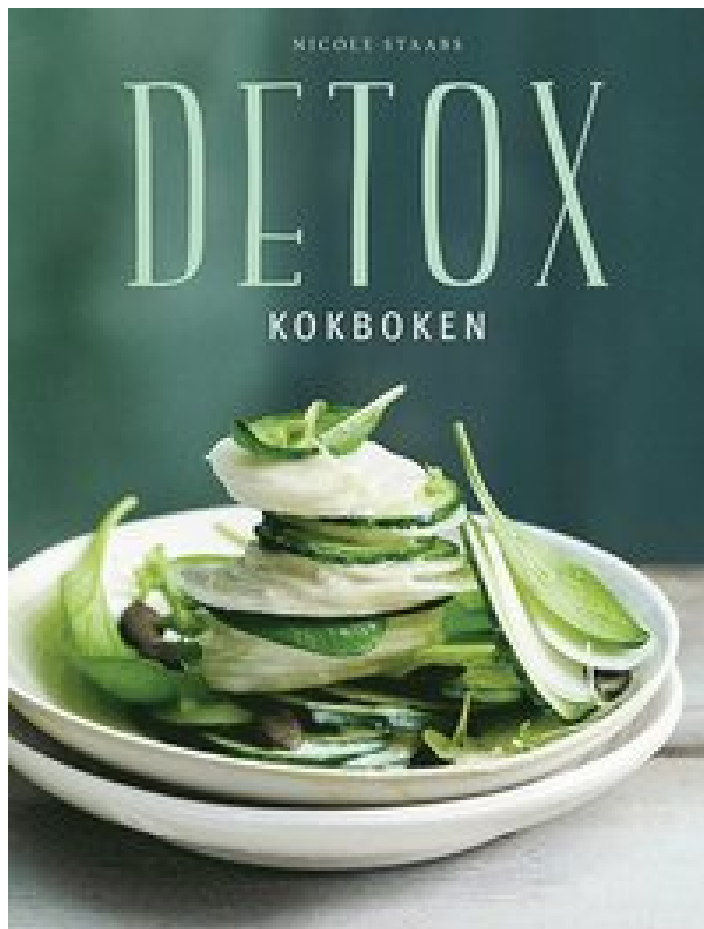


Detox : kokboken PDF

Elisabeth Lange



Det här är bara ett utdrag ur Detox : kokboken bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



DOWNLOAD PDF

Författare: Elisabeth Lange

ISBN-10: 9789176173831

Språk: Svenska

Filesize: 3593 KB

BESKRIVNING

Detox är inte längre bara för de inbitna hälsokostentusiasterna utan för alla och med den här boken får man en grundlig kurs i ämnet samt en mängd recept på detox-mat. Kaffe, stress och mat på stående fot - vår hälsa sätts på hårda prov i vardagen. Som resultat av detta blir vi trötta och slitna. Med tiden märks det förstås även på midjemåttet. Med en detoxkur får kroppen en omstart. Ämnesomsättningen kommer i fas, skadliga gifter rensas ut och du återfår din idealvikt. I boken får du förslag på hur en detoxplan kan se ut. Vare sig det handlar om en vecka eller tre dagar. Effektiva detoxrecept för frukost, lunch och middag. Kompletta detoxprogram för en helg respektive en vecka.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Ulrika Davidsson har tidigare skrivit många kokböcker om GI, raw food och detox och har nu också kommit med ytterligare en LCHF-kokbok. Det här är en kokbok för ...

Detox: Sopprecept. Upplägget på nästa veckas detoxtema är alltså soppor och smoothies de tre första dagarna. Det kommer att komma ett inlägg med smoothie ...

Detox är inte längre bara för de inbitna hälsokostentusiasterna utan för alla och med den här boken får man en grundlig kurs i ämnet samt en mängd recept på ...

DETOX : KOKBOKEN

[Fortsätt läsa...](#)