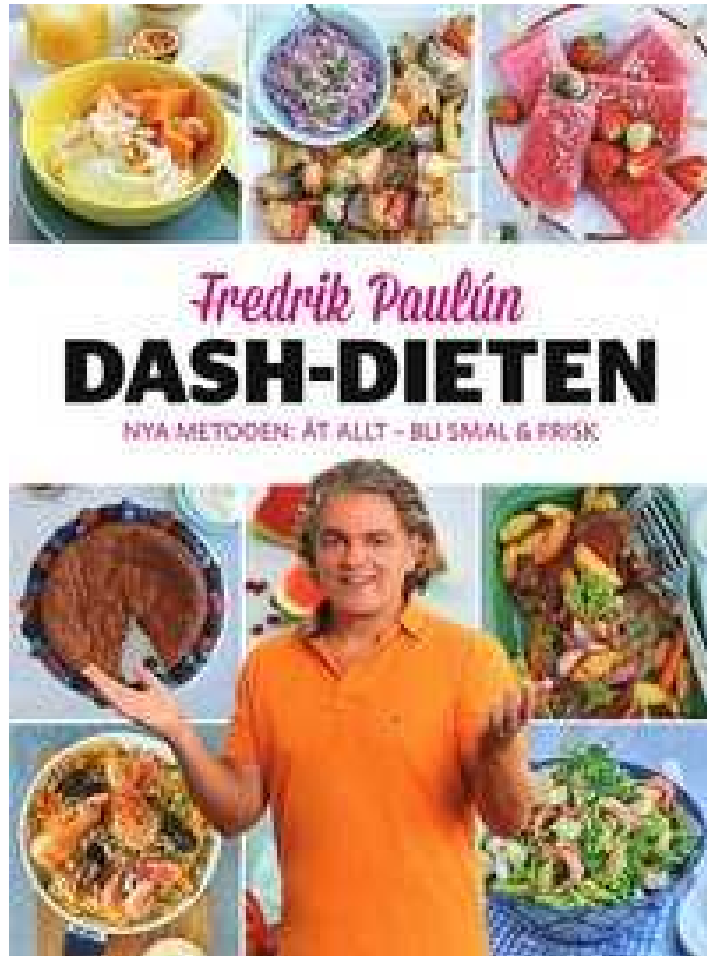


Tags: Dash-dieten : nya metoden Ät allt - bli smal & frisk ladda ner pdf e-bok; Dash-dieten : nya metoden Ät allt - bli smal & frisk e-bok apple; Dash-dieten : nya metoden Ät allt - bli smal & frisk MOBI download; Dash-dieten : nya metoden Ät allt - bli smal & frisk epub books download; Dash-dieten : nya metoden Ät allt - bli smal & frisk las online bok; Dash-dieten : nya metoden Ät allt - bli smal & frisk bok pdf svenska

Dash-dieten : nya metoden Ät allt - bli smal & frisk PDF E-BOK

Elisabeth Johansson



Författare: Elisabeth Johansson

ISBN-10: 9789198205435

Språk: Svenska

Filstorlek: 2391 KB

BESKRIVNING

Lätt att följa - och tillåtet att njuta. Dash är superdieten du kan hålla dig till hela livet. Den har utnämnts till världens bästa diet fem år i rad, senast 2015. För Dash handlar inte bara om att äta rätt - den räddar liv. Dash-kosten sänker blodtrycket, minskar risken för hjärtinfarkt, stroke och reglerar kolesterolvärdet. Hemligheten är massor av frukt, grönsaker, bär, nötter, mycket fullkorn och magra mejeriprodukter. De 57 recepten är komponerade av stjärnkocken Elisabeth Johansson. Snabb, fräsch och enkel vardagsmat som passar hela familjen: härliga festrätter, smarta mellanmål och underbara desserter. Näringsfysiolog Fredrik Paulún guidar dig till Dash med fakta, tips och matguider. Välkommen till dieten som kommer förändra ditt liv på riktigt.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

DASH-dieten: Så mycket ska kvinnor äta varje dag | MåBra

Buy Dash-dieten : Nya metoden Ät allt - bli smal & frisk by Elisabeth Johansson, Frederik Paulún, Fatima Bremmer, Hanna Mild, Wolfgang Kleinschmidt (ISBN ...

Dash-dieten : Nya metoden Ät allt - bli smal & frisk av Elisabeth ...

Dash-dieten : Nya metoden Ät allt - bli smal & frisk. Av: Elisabeth Johansson. Dash-dieten : Nya metoden Ät allt - bli smal & frisk - Inbunden. Finns i lager, 188 kr.

Elisabeth Johansson - LitteraturMagazinet

MTM:s talboksannotation: Näringsfysiologen Fredrik Paulún presenterar Dash, en diet som man kan hålla sig till hela livet. Den är lätt att följa och det är ...

DASH-DIETEN : NYA METODEN ÄT ALLT - BLI SMAL & FRISK

LÄS MER