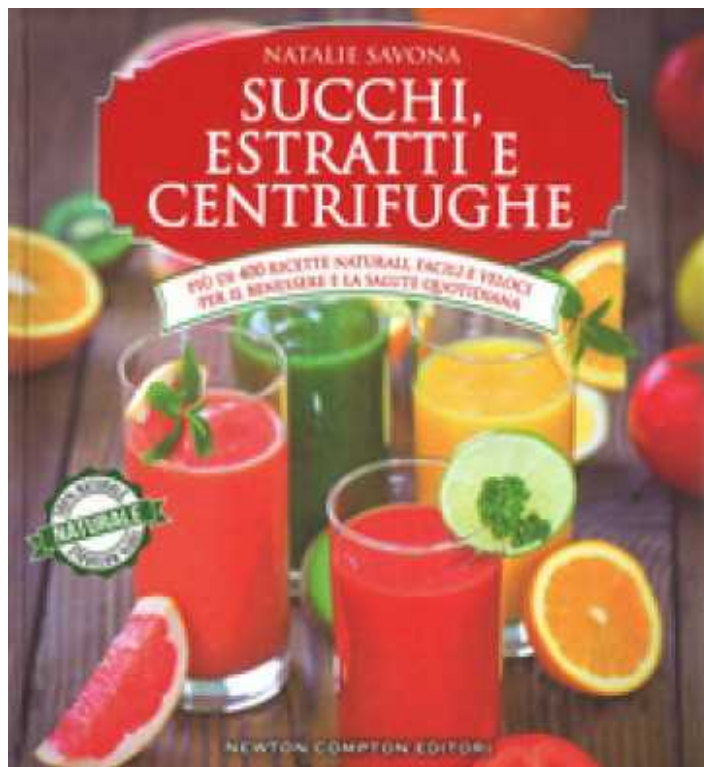


Succhi, estratti e centrifughe PDF

Natalie Savona



Questo è solo un estratto dal libro di Succhi, estratti e centrifughe. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Natalie Savona
ISBN-10: 9788822712493
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1348 KB

DESCRIZIONE

Frutta e verdura sono indispensabili per la nostra alimentazione, e qual è il modo migliore per consumarne in abbondanza? I succhi, le centrifughe, gli estratti qui proposti, secondo i consigli dell'esperta nutrizionista Natalie Savona, rappresentano la soluzione ideale per ricaricare le nostre energie in qualsiasi momento della giornata, con il giusto mix di sapori e salute. Oltre 400 ricette ispirate e benefiche, con suggerimenti specifici per ogni esigenza: per dare lo sprint al sistema immunitario, per rinvigorire o semplicemente per assaporare una gustosa bevanda in un momento di meritato relax.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Fibre nei succhi: Sia i succhi estratti che quelli centrifugati non contengono fibre o comunque ne contengono pochissimo quasi niente, ...

Centrifugati, Estratti e Smoothies, scopri le proprietà in base al colore C'è una stretta correlazione tra i colori e le proprietà nutritive di frutta e ortaggi

I centrifugati sono delle bevande naturali molto utili per depurare l'organismo. Considerarli come parte di una dieta dimagrante non è sufficiente ...

SUCCHI, ESTRATTI E CENTRIFUGHE

[Leggi di più ...](#)