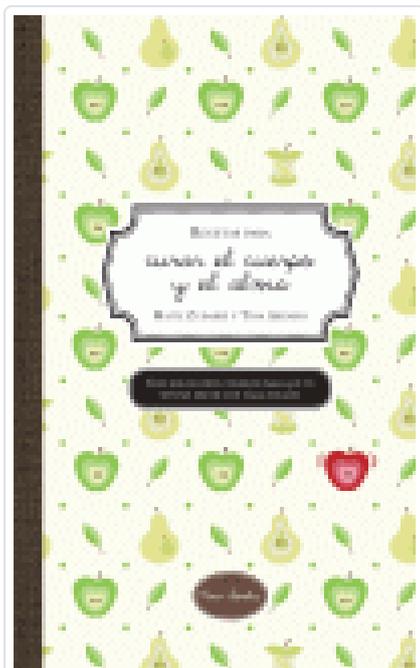


RECETAS PARA CURAR EL CUERPO Y EL ALMA



ZUDAIRE LANDA, MAITE / ASENSIO MARTINEZ,

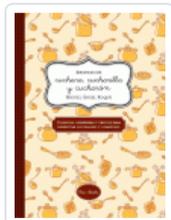
SINOPSIS

Este libro es una invitación a una vida más sana y más feliz. A través de consejos de alimentación, curiosidades sobre el funcionamiento del cuerpo y de las emociones, experiencias personales de las autoras y por supuesto, un completo recetario de muestra, una manera sencilla y agradable de entender la alimentación como un placer en sí mismo y como un pilar fundamental en nuestra salud. Antes de emprender este camino de curación para el cuerpo y el alma, pregúntate algunas cosas +comes más carne que pescado?, +añades azúcar al yogur?, +prefieres el pan blanco al integral?, +añades más sal a los platos que te sirven?, +comes queso o embutido a diario?, +no puedes comenzar el día sin un buen café? Si tus respuestas son afirmativas, disfrutarás mucho con los pequeños cambios que este recetario te propone. Tu cuerpo y alma te lo agradecerán. ...

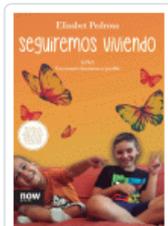


Editorial	NOW BOOKS
Materia	BIENESTAR Y SALUD
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788494217166
Status	Disponible
Páginas	240
Tamaño	17x24x2 mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	21,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	17/09/2014

Títulos relacionados



RECETAS DE CUCHARA, CUCHARILLA Y CUCHARÓN
ROQUE BERGAZ, MIGUEL ANGEL



SEGUIREMOS VIVIENDO
PEDROSA I DOMENECH, ELISABET



COCINEMOS EN CASA LOS POSTRES DE JORDI ROCA
ROCA I FONTANE, JORDI