

CÓMO ASOCIAR LOS ALIMENTOS PARA MEJORAR TU DIGESTIÓN



PERRIN, MARIE-GABRIELLE

SINOPSIS

+Quién no ha sentido alguna vez pesadez, hinchazón u otras molestias digestivas después de comer? +Y si en realidad el problema fuera la forma de combinar los alimentos, y no los alimentos en sí? Este libro nos enseña unas pautas sencillas para combinar adecuadamente los alimentos y conseguir que las molestias digestivas pasen a ser un recuerdo lejano. Este método prioriza el placer y la vitalidad sin prohibir ningún alimento; lo que cuenta es la forma de combinarlos y el momento de ingerirlos. Más de 100 deliciosas y sencillas recetas, acompañadas de consejos, trucos y gran cantidad de esquemas para entender cuáles son las mejores combinaciones. Una obra que ayuda a disfrutar comiendo, ísin tener sensación de hambre ni frustración! ...



Editorial	LAROUSSE
Materia	[WBH] COCINA SANA Y CON ALIMENTOS INTEGRALES / ALIMENTACIÓN SANA
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788419436641
Status	Disponible
Páginas	144
Tamaño	195xx12 mm.
Peso	489
Precio (Imp. inc.)	20,50€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	27/04/2023

Títulos relacionados



PATCHWORK CON DAMI RUIZ
RUIZ NAVARRO,
DAMIANA



LIBROS PELIGROSOS
TALLÓN, JUAN



CANCIONES PARA ENMARCAR
URRUTIA
VALENZUELA, JAIME



LAROUSSE DE LOS RECORDS
VV.AA.