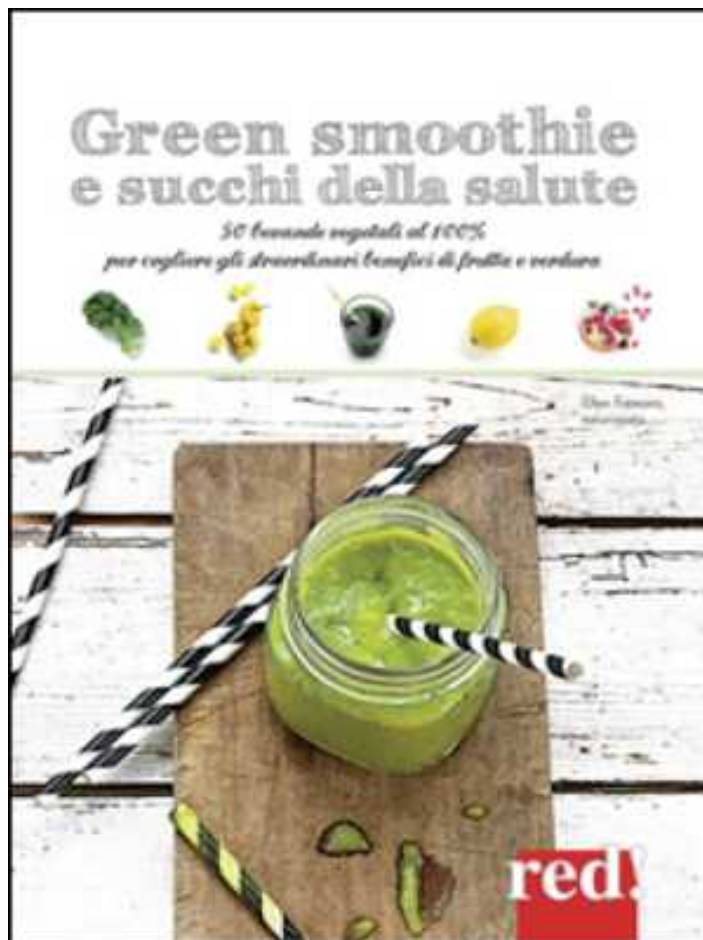


## Green. Smoothie, succhi e milkshake PDF

Ellen Fremont



*Questo è solo un estratto dal libro di Green. Smoothie, succhi e milkshake. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



**DOWNLOAD PDF**

Autore: Ellen Fremont  
ISBN-10: 9788857306513  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 4927 KB

**DESCRIZIONE**

Gli smoothies di frutta o di verdura (che si ottengono con il frullatore), i milk-shakes (che prevedono l'uso dei latti vegetali), i succhi (che si ottengono con la centrifuga o con l'estrattore) sono le fonti migliori di vitamine e di minerali. Hanno un effetto depurativo, disintossicante e sono utili per equilibrare il PH dell'organismo. Consumando infatti troppi prodotti di origine animale e dolci si crea nell'organismo una condizione di iperacidità che predispone allo sviluppo delle malattie degenerative. I succhi di frutta e di verdura, consumati freschi e lontano dai pasti, aiutano a riportare il PH in equilibrio. Il libro propone oltre 50 squisite ricette: succo al peperone rosso, fragole e basilico; succo alla mela, prezzemolo, arancia e clorella; smoothie al cavolo nero, kiwi, mela e spirulina; smoothie alla carota, mela, banana e curcuma; milk-shake all'avocado, frutti rossi e limone.

## **COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?**

Green. Smoothie, succhi e milkshake, Libro di Ellen Fremont. Sconto 6% e Spedizione con corriere a solo 1 euro. Acquistalo su [libreriauniversitaria.it](http://libreriauniversitaria.it)! Pubblicato da ...

Le proprietà curative e benefici dei frullati verdi o green smoothie: quali verdure e frutta usare, consigli per iniziare la dieta,

Green. Smoothie, succhi e milkshake è un libro scritto da Ellen Fremont pubblicato da Red Edizioni nella collana Economici di qualità

**GREEN. SMOOTHIE, SUCCHI E MILKSHAKE**

[Leggi di più ...](#)