

Tags: Smoothie verdi. I sani mini-pasti al frullatore libro pdf download, Smoothie verdi. I sani mini-pasti al frullatore scaricare gratis, Smoothie verdi. I sani mini-pasti al frullatore epub italiano, Smoothie verdi. I sani mini-pasti al frullatore torrent, Smoothie verdi. I sani mini-pasti al frullatore leggere online gratis PDF

---

## Smoothie verdi. I sani mini-pasti al frullatore PDF

**Christian Guth**



*Questo è solo un estratto dal libro di Smoothie verdi. I sani mini-pasti al frullatore. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



**DOWNLOAD PDF**

Autore: Christian Guth  
ISBN-10: 9788868952594  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 1075 KB

## **DESCRIZIONE**

Gli smoothie verdi - frullati di frutta fresca e verdure a foglia verde - sono l'innovazione dietetica del momento. Grazie alla dolcezza della frutta fresca, gli smoothie verdi ci aiutano ad assumere verdure - come le foglie di cavolo, le bietole o il tarassaco - che da sole non hanno un sapore gradevole, ma contengono un'elevatissima concentrazione di sostanze nutritive particolarmente salutari. Dopo una chiara ed esauriente introduzione teorica ai benefici degli smoothie verdi, questo libro fornisce un'ampia gamma di ricette per gli scopi più diversi, dal dimagrimento alla regolazione dell'intestino, dall'aumento della massa muscolare al miglioramento del sonno. Sono inoltre illustrati i grandi vantaggi degli smoothie verdi per potenziare il sistema immunitario e le capacità di autoguarigione.

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

Smoothie verdi. I sani mini-pasti al frullatore, libro di Burkhard Hickisch, Christian Guth, edito da LSWR. Gli smoothie verdi - frullati di frutta fresca e verdure a ...

Encuentra Smoothie verdi. I sani mini-pasti al frullatore (Salute e benessere) de Christian Guth, Burkhard Hickisch, D. Taiocchi (ISBN: 9788868952594) en Amazon.

Smoothie Verdi - Libro di Christian Guth - Mini-pasti sani dal frullatore - Scopriilo sul Giardino dei Libri.

**SMOOTHIE VERDI. I SANI MINI-PASTI AL FRULLATORE**

[Leggi di più ...](#)