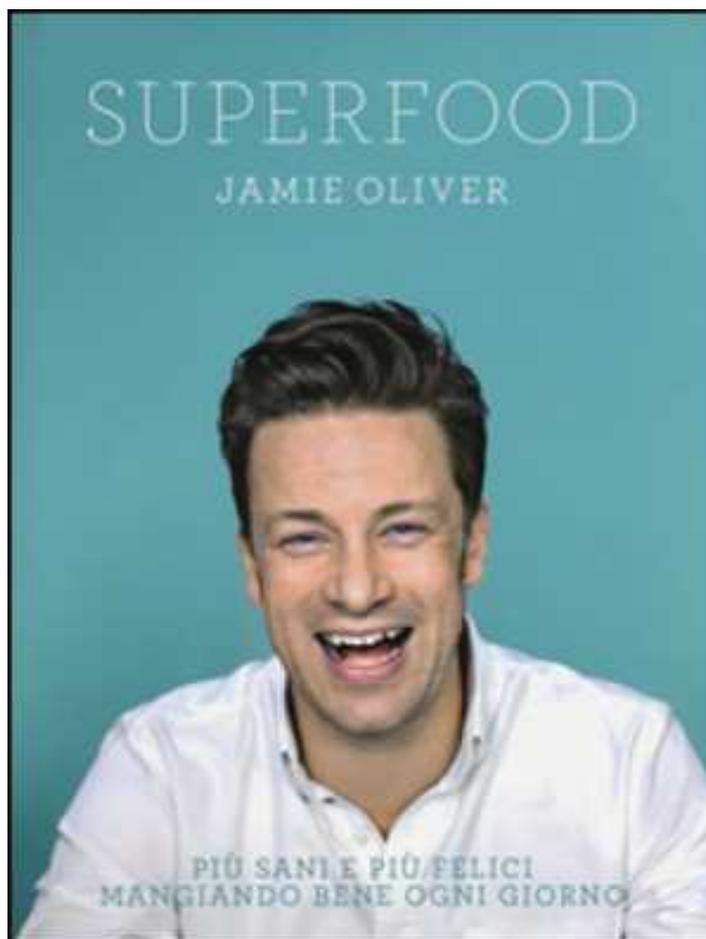


Superfood PDF

Jamie Oliver



Questo è solo un estratto dal libro di Superfood. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Jamie Oliver
ISBN-10: 9788850244638
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3583 KB

DESCRIZIONE

"Di tutti i libri che ho scritto finora, questo è il più personale. Per scriverlo ho fatto un lungo viaggio nel mondo della salute e dell'alimentazione, e adesso, grazie a ciò che so fare meglio - cucinare piatti gustosi - , il mio desiderio è che questo libro possa essere per voi una grande fonte di ispirazione e di aiuto per una vita più sana, più felice, più intensa. I cibi esistono per essere goduti, condivisi, celebrati, e quelli buoni, sani e nutrienti dovrebbero essere colorati, allegri, speciali. Qui troverete un bel po' di ricette nuove, complete ed equilibrate, create per stuzzicare il vostro gusto. Tra l'altro, visto che le ricerche sugli aspetti nutrizionali le ho fatte io, potrete stare tranquilli: è tutto a posto. Provatene qualcuna: sono sicuro che cambierete il vostro modo di pensare circa il cibo e che d'ora in poi sarete in grado di ricavare sempre il meglio dalle vostre scelte alimentari." (Jamie Oliver)

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

I superfood sono cibi ricchi di proprietà benefiche per l'organismo, da consumare in grandi quantità: ecco quali sono e quali benefici apportano.

Superfood provides the highest quality superfoods like cacao and vanilla in large quantities at the best price directly from the world's best producers.

I superfood sono prodotti considerati super-ricchi di nutrienti e super-benefici per la salute: è una categoria di alimenti più ricercati che mai, anche ...

SUPERFOOD

[Leggi di più ...](#)