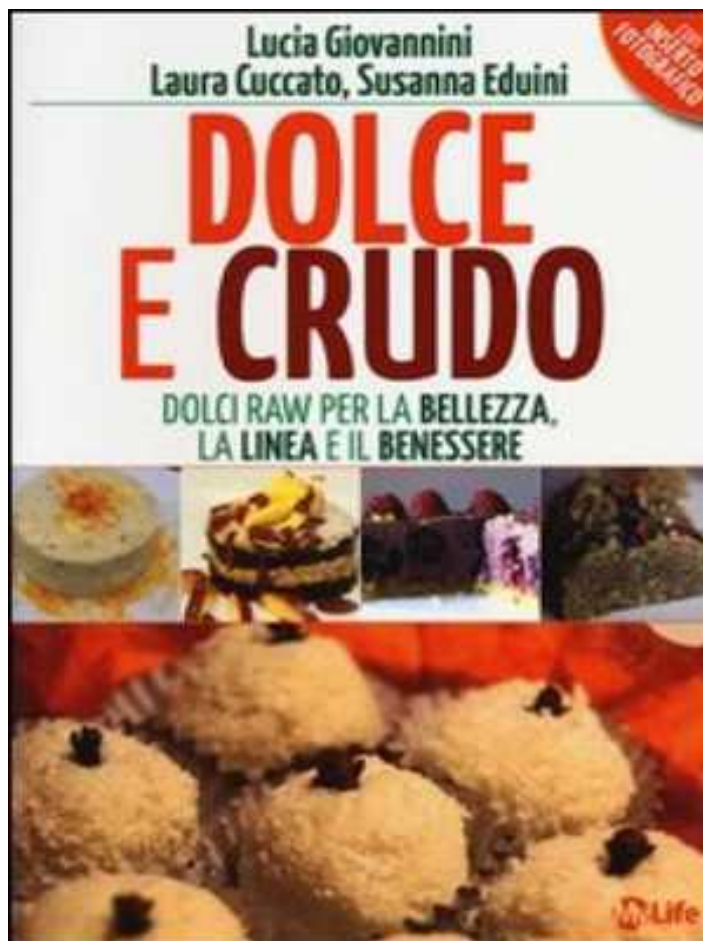


Keywords: Dolce e crudo. Dolci raw per la bellezza, la linea e il benessere libro pdf download, Dolce e crudo. Dolci raw per la bellezza, la linea e il benessere scaricare gratis, Dolce e crudo. Dolci raw per la bellezza, la linea e il benessere epub italiano, Dolce e crudo. Dolci raw per la bellezza, la linea e il benessere torrent, Dolce e crudo. Dolci raw per la bellezza, la linea e il benessere leggere online gratis PDF

---

## Dolce e crudo. Dolci raw per la bellezza, la linea e il benessere PDF

Lucia Giovannini



*Questo è solo un estratto dal libro di Dolce e crudo. Dolci raw per la bellezza, la linea e il benessere. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.*



**DOWNLOAD PDF**

Autore: Lucia Giovannini  
ISBN-10: 9788863862171  
Lingua: Italiano  
Dimensione del file: 4783 KB

## DESCRIZIONE

Perché un libro di dolci crudisti? I dolci crudisti ti offrono una gustosa occasione per mangiare dolci in modo sano. Dopo l'uscita dei nostri libri sul crudismo ("Il crudo è servito!" e "Frullato e mangiato", Edizioni My Life), in cui tra le varie ricette ce ne sono anche alcune per la preparazione dei dolci, molte persone ci hanno riferito che consumando i dolci raw non sentivano più la pesantezza tipica dei dessert tradizionali, anzi, avevano più lucidità, vitalità ed energia. Inoltre, inserendo le ricette raw nella routine alimentare in modo regolare, la maggior parte dei nostri lettori ci ha raccontato di avere la pelle più bella e luminosa, i capelli più folti e lucidi e di avere addirittura perso i chili in più senza privarsi dei dolci. Siccome non contengono zucchero raffinato o aromi artificiali, i dolci crudisti inducono il corpo a sentire il senso di sazietà molto prima. E questo, insieme al fatto che gli ingredienti di base sono vegetali, fa sì che sia possibile mangiarne a volontà senza appesantirsi o ingrassare. Quasi ogni dessert tradizionale può essere preparato in versione raw e vegana: delizioso e sano al tempo stesso!

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

di Lucia Giovannini, Laura Cuccato, Susanna Eduini. Dolci raw per la bellezza, la linea e il benessere. 4 motivi per cui questo libro di dolci crudi non deve mancare ...

Dolce e Crudo - Libro. My Life Edizioni. Dolci raw per la bellezza, la linea e il benessere. ... I consigli top della raw chef per dolci perfetti A ognuno il suo ...

Dolce e crudo. Dolci raw per la bellezza, la linea e il benessere è un libro di Giovannini Lucia e Cuccato Laura e Eduini Susanna pubblicato da My Life nella collana ...

**DOLCE E CRUDO. DOLCI RAW PER LA BELLEZZA, LA LINEA E IL BENESSERE**

[Leggi di più ...](#)