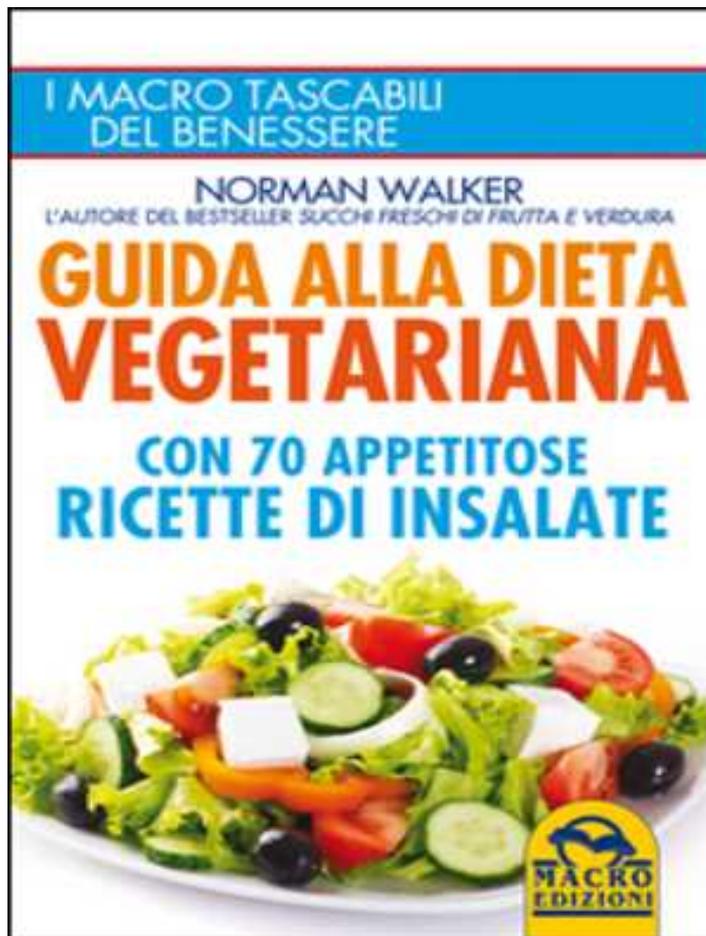


Guida alla dieta vegetariana PDF

Norman Walker



Questo è solo un estratto dal libro di Guida alla dieta vegetariana. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Norman Walker
ISBN-10: 9788862296625
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4225 KB

DESCRIZIONE

Dopo "Succhi freschi di frutta e verdura" torna Norman Walker con un altro libro utile per chi vuole seguire una corretta e sana alimentazione naturale. L'opera propone tutte le informazioni utili per seguire una dieta vegetariana, che l'autore ha raccolto in settant'anni di ricerca della via migliore per una vita sana. Walker consiglia un'alimentazione a base vegetale e prevalentemente crudista e sottolinea l'importanza dei succhi freschi. Per ogni tipologia di alimento descrive le caratteristiche e le proprietà nutrizionali. Il libro contiene oltre 70 ricette di varie tipologie di insalate, con tanti e appetitosi ingredienti, per gustare ogni giorno un piatto salutare e creare straordinari menu per colazione, pranzo e cena.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Linee guida L 'American Dietetic ... Le fonti proteiche, della dieta vegetariana, sono legumi, frutta secca, i semi oleaginosi, il lievito devitalizzato ed i ...

Consultare utili recensioni cliente e valutazioni per Guida alla dieta vegetariana su [amazon.it](https://www.amazon.it). Consultare recensioni obiettive e imparziali sui prodotti, fornite ...

GUIDA ALLA DIETA VEGETARIANA

[Leggi di più ...](#)