

# Dieta warzywno-owocowa przepisy

Beata Anna Dąbrowska

Dieta warzywno-owocowa  
przepisy

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Kulinaria

34,90 zł

numer katalogowy: KU/0057  
ISBN: 978-83-277-1010-9  
liczba stron: 208  
format: 165x221 mm  
oprawa: twarda  
rok wydania: 2017

Smakuj zdrowie każdego dnia!

Z kultową dietą warzywno-owocową dr Ewy Dąbrowskiej

odkryjesz życiodajną moc smacznych potraw,  
odbudujesz dobrą kondycję Twojego organizmu,  
poprawisz wygląd swojej skóry,  
zwalczysz uczucie zmęczenia,  
ograniczysz infekcje i zwiększysz odporność.

Jedzenie, które spożywasz na co dzień, może być najlepszym i jedynym lekarstwem, jakiego potrzebujesz. W tej książce znajdziesz smaczne przepisy diety warzywno-owocowej. Pokochaj warzywa, zioła, przyprawy, kiszonki. Przejmij kontrolę nad swoim zdrowiem. Naucz się dbać o jakość, a nie o ilość jedzenia. Poznawaj nowe smaki i wybieraj spośród mnóstwa pomysłów na rewolucyjne potrawy!

Autorką książki Dieta warzywno-owocowa dr Ewy Dąbrowskiej®. Przepisy jest moja wspaniała synowa Beata. Ma ona nieprzeciętny dar – z łatwością tworzy ciekawe kompozycje potraw, które spełniają kryteria diety warzywno-owocowej. Z radością polecam tę książkę.  
dr Ewa Dąbrowska