

Link do produktu: <https://www.muzykabezoplat.com/kokos-stephanie-pedersen-p-542.html>



Kokos - Stephanie Pedersen

Cena	25,00 zł
Cena poprzednia	36,90 zł
Dostępność	Dostępny
Numer katalogowy	victorel_3589
Kod EAN	9788365442444

Opis produktu

Kokos - Stephanie Pedersen

Opis książki Kokos

Druga książka z serii „Superfoods” to niemal 200 stron informacji niezbędnych do tego, aby włączyć produkty pochodzące z kokosa do swojej diety i cieszyć się jego wyjątkowym aromatem i niepowtarzalnym smakiem.

Kokos: Potężna dawka składników odżywczych na co dzień

Zaskoczy Cię, jak wiele dań można przyrządzić z kokosa i jak bardzo wszechstronna jest to roślina – prawdziwa bomba zdrowych mikroelementów, która w dodatku nie ma właściwości alergizujących!

- Dowiedz się, jak najlepiej otworzyć orzech kokosowy i pozyskać z niego nektar, mleko, wiórki, olej lub cukier.
- Przetestuj ponad 70 wyjątkowych przepisów na smaczne dania z odżywczego orzecha kokosowego: od koktajli, smoothies, sałatek, poprzez przekąski, dania obiadowe, aż po kokosowe desery.
- Odkryj, jak łatwo wzbogacić znane ci dania produktami kokosowymi i uczynić je jeszcze bardziej odżywczymi.
- Naucz się zastępować jedzenie zawierające gluten produktami pozyskanymi z niealergizującego kokosa.
- Sprawdź najważniejsze informacje o antyalergicznym, odmładzającym, antybakteryjnym i dodającym energii minerałach oraz witaminach zawartych w produktach kokosowych.

Spróbuj rozplwających się w ustach krówek z masłem orzechowym, izotonicznych smoothies z wodą kokosową czy przepysznych zup z dodatkiem mleczka kokosowego i rozkočaj swoje podniebienie w kokosowym smaku.

O autorce

Stephanie Pederson jest dyplomowaną dietetykiem oraz członkiem Amerykańskiego Stowarzyszenia Praktyków Nieużywających Leków. Jej klientami są ludzie biznesu, przemysłowcy, wybitni fachowcy oraz znane postacie ze świata rozrywki. Stephanie pomaga im skutecznie walczyć z nadwagą i cieszyć się dobrym zdrowiem i samopoczuciem. Obecnie Pedersen mieszka w Nowym Jorku wraz z mężem i trzema synami.

Nr wydania: 1

Tytuł: Kokos

Autor: Stephanie Pedersen

EAN: 9788365442444

ISBN: 9788365442444

Język oryginału: angielski

Oryginalny tytuł: Coconut: The Complete Guide to the World's Most Versatile Superfood (Superfoods for Life)

Język: polski

Korekta: Marta Pustuła

Kod wydawcy: 42159

Rok wydania: 2016

Oprawa: Miękka

Ilość stron: 272

Wydawnictwo: Vivante

Podtytuł: Wszystko, co musisz wiedzieć o najbardziej wszechstronnej roślinie na świecie

Data wydania: 2016-08-05

Tłumacz: Kmieć-Krzewiak Katarzyna
Waga: 404.000