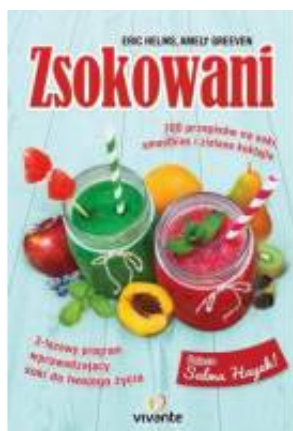


Link do produktu: <https://www.muzykabezoplat.com/zsokowani-amely-greeven-p-501.html>



Zsokowani - Amely Greeven

Cena	36,00 zł
Cena poprzednia	44,00 zł
Dostępność	Dostępny
Numer katalogowy	victorel_2416
Kod EAN	9788364645259

Opis produktu

Przeczytaj darmowy fragment książki "Zsokowani"

Zsokowani

Autor: Amely Greeven

Opis książki Zsokowani - Amely Greeven, Eric Helms

Sięgnij po ultranowoczesną, rewelacyjną, nasyoną przepięknymi zdjęciami książkę o najnowszym trendzie picia soków. Dzięki zastosowaniu się do zamieszczonych w niej wskazówek poczujesz się lżej i zdrowiej, a Twoje ciało zajaśnieje cudownym pięknem.

Zawarte w książce przepisy na najlepsze soki i smoothies:

- wydłużają życie,
- pomagają zrewitalizować i zregenerować ciało i umysł,
- oczyszczają organizm,
- zapewniają dobre samopoczucie fizyczne i psychiczne,
- zapobiegają przedwczesnemu starzeniu się,
- sprawdzają się jako świetne antidotum na szybkie tempo współczesnego życia,
- wspomagają procesy oczyszczania ciała z toksyn.
- dostarczają podniebieniu bogactwa finezyjnych i wybornych smaków wyczuwanych już od pierwszego zanurzenia ust.

Oprócz wspaniałych przepisów znajdziemy tu także nieocenione porady takich celebrytów, jak: Salma Hayek, Edward Norton, Michelle Williams czy Martha Stewart. Oni pokochali soki i smoothies od pierwszego wejżenia.

Opisany program picia soków opiera się na 3-fazowej formule, łącznie obejmującej około 9 tygodni. Faza pierwsza polega na piciu 2-3 soków lub smoothies tygodniowo, faza druga – już 5, trzecia zaś – co najmniej 7. Zawartość procentowa zielonych warzyw liściastych w przyrządzanych napojach powinna wynieść w poszczególnych fazach odpowiednio 30%, 50% i na końcu 90%.

Wkręć się w zieloną rewolucję!

O autorze

ERIC HELMS to pomysłodawca i właściciel najstynniejszej sieci wyciskarni soków w Ameryce – Juice Generation. Od 1999 roku przyświeca mu misja tworzenia świeżych i energetyzujących soków, które zaspokajają gusta nawet najbardziej wybrednych smakoszy. W 2009 roku wraz z Salmą Hayek założył sklep Cooler Cleanse, mający w ofercie oczyszczające napoje na bazie soków oraz dania przyrządzane z surowych produktów. Mieszka w Nowym Jorku.

- Autor: Amely Greeven
- Wydawnictwo: Vivante
- Tytuł: Zsokowani
- Podtytuł: 100 przepisów na soki, smoothies i zielone koktajle
- Ilość stron: 240
- Oprawa: Miękka
- Rok wydania: 2014