

Kaszoterapia

Opis produktu:

Kaszoterapia to książka, która wprowadza w świat zdrowego odżywiania opartego na kaszach. Autorzy, znani z bloga naszaskaza.pl, dzielą się prostymi przepisami i radami, jak łączyć kasze z innymi produktami dla lepszego zdrowia. To nie tylko kolekcja przepisów, ale i skarbnica wiedzy na temat właściwości zdrowotnych kasz. Kaszoterapia inspirowe do zmiany nawyków żywieniowych i wprowadzenia zdrowszych produktów do diety.



Dlaczego to świetny wybór?

- Oparte na popularnym blogu
- Proste przepisy
- Trzy 7-dniowe plany żywieniowe
- Focus na zdrowe odżywianie
- Kulinarne triki i porady
- Inspiracja do zmiany nawyków
- Szeroka wiedza o kaszach

Cechy produktu:

Okladka	miękka
Wymiary	165 x 220 mm
Ilość stron	256
Rok wydania	2018
Wydawca	Wydawnictwo M
ISBN	978-83-8021-213-8

