

Link do produktu: <https://silesiabook.pl/kuchnia-braci-rodzen-lukasz-i-mateusz-rodzen-dieta-keto-p-80.html>



KUCHNIA BRACI RODZEŃ Łukasz i Mateusz Rodzeń Dieta keto

Cena	69,00 zł
Klasa	brak informacji
Przedmiot	Przedmioty zawodowe
Rodzaj	tradycyjny podręcznik
Wysokość produktu	21
Szerokość produktu	14
Numer wydania	1
Liczba stron	271
Język publikacji	polski
Rok wydania	2023
Nośnik	książka papierowa
Autor	Mateusz Rodzeń
Okładka	miękka
Tytuł	Kuchnia Braci Rodzeń Jak przygotować posiłek niskowęglowodanowy / keto, by wyzdrowieć i pięknie żyć
Wydawnictwo	Bracia Rodzeń
ISBN	9788396578679

Opis produktu

- ✓ Twój zakup wspiera działalność edukacyjną Autorów książki.
- ✓ Twój zakup wspiera lokalną kameralną księgarnię.

Będzie nam miło jeśli skorzystasz z tej oferty zakupu książki. DZIĘKUJEMY !

Kuchnia braci Rodzeń

Jak przygotować posiłek niskowęglowodanowy / keto, by wyzdrowieć i pięknie żyć

Łukasz Rodzeń

Mateusz Rodzeń

- ISBN: 9788396578679
- Okładka: miękka

-
- Rok wydania: 2024
 - Forma: poradnik
 - Wydawnictwo: (Bracia Rodzeń)
 - Liczba stron: 271
 - Numer wydania: 1
 - Szerokość produktu: 14,00 cm
 - Wysokość produktu: 21,00 cm
 - Język: polski
 - Stan: NOWA

„Kuchnia Braci Rodzeń” to kulinarne wyzwanie i inspiracja dla każdego niezależnie myślącego czytelnika, który pragnie odzyskać swoje zdrowie metaboliczne i pięknie żyć. Dzielimy się w niej z Tobą swoją wiedzą na temat stylu niskowęglowodanowego i wspólnie odkrywamy nowe pomysły na przygotowanie pysznych i zdrowych posiłków keto i LCHF.

Książką zawiera obszerną wiedzę na temat węglowodanów, białka oraz tłuszczów, a także ponad 33 przepisy na proste śniadania, obiady, przekąski, desery czy pieczywo.

ŁUKASZ RODZEŃ & MATEUSZ RODZEŃ

KUCHNIA BRACI RODZEŃ



**JAK PRZYGOTOWAĆ POSIŁEK
NISKOWĘGLOWODANOWY/KETO,
BY WYZDROWIEĆ I PIĘKNIE ŻYĆ.**

W tej książce odnajdziesz cenne informacje, praktyczne wskazówki

i pyszne przepisy, które zainspirują Cię do odniesienia sukcesu

w Twojej niskowęglowodanowej lub ketogenicznej podróży.

Ale nie przedstawimy Ci jedynie listy nakazów i zakazów, choć całkiem prawdopodobne, że w takim właśnie klimacie byłeś wychowywany. Dla nas jednak jesteś niezależną jednostką, która dokonuje samodzielnych, odpowiedzialnych wyborów. Zamiast zakazów damy Ci wiedzę, z którą sam zdecydujesz, co zrobić.

Zapewnimy Ci narzędzia do poruszania się po świecie żywności niskowęglowodanowej oraz obalenia powszechnych mitów, a także umożliwimy podejmowanie świadomych decyzji dotyczących Twojego zdrowia.