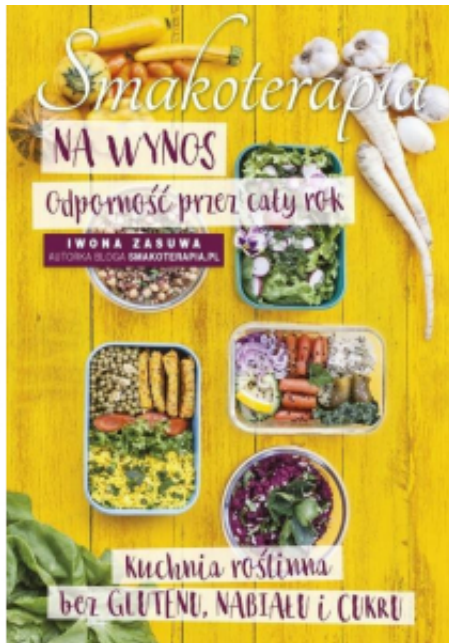


Link do produktu: <https://silesiabook.pl/smakoterapia-na-wynos-kuchnia-roslinna-zasuwa-nowa-p-405.html>



SMAKOTERAPIA NA WYNOS kuchnia roślinna Zasuwa NOWA

Cena	39,00 zł
Forma	poradnik
Waga produktu z opakowaniem jednostkowym	0
Wysokość produktu	0
Szerokość produktu	16.5
Liczba stron	352
Gatunek	Dania główne
Język publikacji	polski
Rok wydania	2020
Nośnik	książka papierowa
Autor	Iwona Zasuwa
Okładka	miękka ze skrzydełkami
Tytuł	Smakoterapia na wynos.
Wydawnictwo	Edipresse Książki
ISBN	9788381774475

Opis produktu

Smakoterapia na wynos

Kuchnia roślinna bez glutenu, nabiału i cukru

Iwona Zasuwa

- ISBN: 9788381774475
- Okładka: miękka ze skrzydełkami
- Waga produktu z opakowaniem jednostkowym: 0,000 kg
- Rok wydania: 2020
- Język: polski
- Forma: poradnik
- Wydawnictwo: Edipresse Książki
- Liczba stron: 352
- Stan: NOWA

Czy wiesz, że swoją odporność budujesz każdego dnia?

DROGA DO ZDROWIA PROWADZI PRZEZ KUCHNIĘ! Dania na wynos, zwane pysznotliwe „nawynosami”, to nieodłączny element mojego menu. Odkąd pamiętam, wiodę tułaczę życie śpiewograjka, który musi wszak coś jeść poza domem. Od kiedy moje nawyki żywieniowe uległy rewolucji (żeby nie powiedzieć ewolucji), grzeszenie zbyt częstym jedzeniem na mieście już mi nie w smak. Dlatego wożę ze sobą torby pełne smakowitości w trasę, a kiedy zapasy się kończą, robi się przestrzeń na małe

grzeszki. Po co? Dlaczego? Bo wiem, że moja odporność (rzecz niezwykle istotna w dzisiejszych niełatwych czasach) zależy ode mnie! Każdy kęs ma znaczenie – i ten odżywczy, i ten grzeszny.

A najważniejsze są zdrowe proporcje! Dlatego moja Smakoterapia to dążenie do harmonii i równowagi, które są podstawą odporności. CO WARTO PRZYGOTOWYWAĆ NA WYNOS? Piękne pudełka bento, wypełnione wieloskładnikowymi daniami, kuszą z obrazków pięknych książek, a jednocześnie odstraszaają, bo pojawia się pytanie: KTO MI TO WSZYSTKO PRZYGOTUJE? Dlatego w pędzie, w wirze codziennych spraw sięgam po szybkie dania, niesamowite zupy a la instant. A kiedy mam więcej czasu, delectuję się potrawami wieloskładnikowymi. Na łamach tej książki zawarłam wszystkie patenty rodem z mojej kuchni, wraz z podpowiedziami, jak zadbać o siebie zgodnie z naturą. Zabierz ze sobą dobry posiłek do pracy, w drogę, do szkoły! Żyj i jedz zdrowo! Uściskując, Autorka

