

Stenalderkost Kogebog

Hent bøger PDF



Loren Cordain

Stenalderkost Kogebog Loren Cordain Hent PDF Stenalderkost KOGEBOKEN hjælper dig til vægttab, forbedrer dit helbred og giver dig den sundeste kost på planeten.

BOGEN INDEHOLDER MERE END 150 LÆKRE OPSKRIFTER PÅ STENALDERKOST:

- MORGENMAD
- SNACKS OG APPETIZERS
 - SALATER
- FISK OG SEAFOOD
- VEGETARMAD
- DESSERTER
- 2 UGERS KOSTPLAN

HVAD ER STENALDERKOST?

Stenalderkost handler bogstaveligt talt om at komme tilbage til rødderne og spise den mad, som vores forfædre spiste i stenalderen.

LOREN CORDAIN har en ph.d. i motion og fysiologi. Han er professor på fakultetet for sundhed og motion ved Colorado State University. Han er alment anerkendt som den førende ekspert i verden inden for stenalderkost.

Stenalderkost KOGEBOKEN hjælper dig til vægttab, forbedrer dit helbred og giver dig den sundeste kost på planeten.

BOGEN INDEHOLDER MERE END 150 LÆKRE OPSKRIFTER PÅ STENALDERKOST:

- MORGENMAD
- SNACKS OG APPETIZERS
 - SALATER
- FISK OG SEAFOOD
- VEGETARMAD
- DESSERTER
- 2 UGERS KOSTPLAN

HVAD ER STENALDERKOST?

Stenalderkost handler bogstaveligt talt om at komme tilbage til rødderne og spise den mad, som vores forfædre spiste i stenalderen.

LOREN CORDAIN har en ph.d. i motion og fysiologi. Han er professor på fakultetet for sundhed og motion ved Colorado State University. Han er alment anerkendt som den førende ekspert i verden inden for stenalderkost.



Download (hent) pdf-bog, pdf bog, pdf e-bog, epub, fb2
Alle bøger. 30 dages gratis prøveperiode