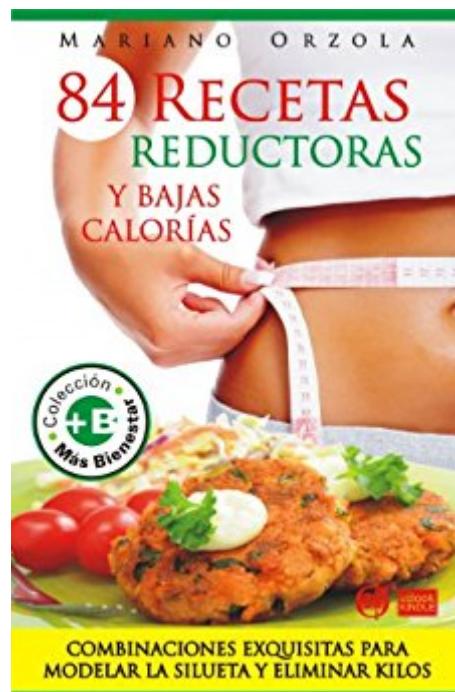


The book was found

84 RECETAS REDUCTORAS Y Bajas Calorías (Colección Más Bienestar) (Spanish Edition)



Synopsis

Un práctico libro que propone 84 recetas deliciosas para cuidar la silueta. La estratégica selección de ingredientes "reductores" y bajas calorías • permite que puedas comer rico y al mismo tiempo modelar el cuerpo. Ahora puedes preparar platos exquisitos y elaborados incorporándolos a tu dieta diaria, alentando una progresiva reducción de la talla actual de tu cintura y de todo tu cuerpo. No esperes más, es hora de cocinar y disfrutar un nuevo cuerpo.

CONTENIDOS:- Secretos para una alimentación saludable- Lo que debes saber sobre la retención de líquidos- Dos estrategias reductoras desde la nutrición- Alimentos depurativos para eliminar toxinas- Recetas de Entrantes- Recetas de Ensaladas- Recetas de Platos Principales- Recetas de Pizzas- Recetas de Sandwiches- Recetas de Postres- Recetas para el desayuno- Claves para darle sabor a tus comidas- Los mitos de los alimentos- Clasificación de los alimentos

Book Information

File Size: 2628 KB

Print Length: 113 pages

Publisher: OrzolaPress; Primera edición (April 24, 2014)

Publication Date: April 24, 2014

Sold by: Digital Services LLC

Language: Spanish

ASIN: B00JXQWS4I

Word Wise: Not Enabled

Lending: Not Enabled

Enhanced Typesetting: Enabled

Best Sellers Rank: #977,058 Paid in Kindle Store (See Top 100 Paid in Kindle Store) #120 in Books > Libros en español > Cocina > Dieta Especial #430 in Kindle Store > Kindle eBooks > Foreign Languages > Spanish > Artesanía, Hobbies y Hogar #469 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Dietas y Perdida de Peso

Customer Reviews

Muy inservible. La verdad no recomiendo su compra. Muy malo.

Very nice

Excelente

[Download to continue reading...](#)

84 RECETAS REDUCTORAS y bajas calorÃfÃ- as (ColecciÃfÃ n MÃfÃjs Bienestar) (Spanish Edition) Las Recetas de la Abuela: 64 Exquisitas Recetas de Comida EspaÃfÃ ola Tradicional y Tapas (recetas, recetas alcalinas, recetas vegetarianas, cocina, cocina casera, cocina sencilla) (Spanish Edition) 30 Recetas para DiabÃfÃcitos: Recetas Bajas en AzÃfÃºcar, Grasas y Carbohidratos. (Spanish Edition) Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La GuÃfÃ- a HolÃfÃ- stica para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar HolÃfÃ- stico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) Guia completa de las tecnicas culinarias: Postres: Con mas de 150 deliciosas recetas de la escuela de cocina mas famosa del mundo (Le Cordon Bleu series) (Castillian Edition) 60 Recetas Vegetarianas Bajas En CalorÃfÃ- as: Adelgaza FÃfÃjil y Definitivamente (Spanish Edition) Tabla de calorias (Spanish Edition) Las recetas de MamÃfÃj Pura: EdiciÃfÃ n Especial con "El sazÃfÃ n de la cocina dominicana" (Coleccion recetas "el fogoncito") (Volume 2) (Spanish Edition) Recetas Vegetarianas FÃfÃjiles y EconÃfÃ micas: MÃfÃjs de 120 recetas vegetarianas saludables y exquisitas (Recetas sabor inglÃfÃos) (Volume 5) (Spanish Edition) Vamos A Encontrar Lo Mas Corto y Lo Mas Largo (Matematicas Para Empezar) (Spanish Edition) El Recetario de La Dieta South Beach:Ã Mas de 200 recetas deliciosa (The South Beach Diet) (Spanish Edition) El cocinero en casa / The Cook at Home: Tecnicas culinarias, trucos y consejos, poner la mesa, la compra y mas de 500 recetas (Spanish Edition) Nikas Bakerys: Las recetas de los mas buscados Cupcakes - Paso a Paso (Spanish Edition) 95 Recetas de Comidas y Licuados para Aumentar la Masa Muscular en Menos de 7 dias: No Espere Mas para Aumentar su Masa Muscular (Spanish Edition) Psicologia del arte (COLECCION PSICOLOGIA) (Coleccion Psicologia / Ediciones Piramide) (Spanish Edition) 50 Mejores Recetas de Ensaladas Para Bajar de Peso y Desintoxicar el Cuerpo: Deliciosas Recetas Faciles y Saludables (Spanish Edition) 27 Recetas FÃfÃjiles de Aperitivos (Recetas FÃfÃjiles: Aperitivos & Ensaladas nÃ A 1) (Spanish Edition) 27 Recetas FÃfÃjiles de Brownies (Recetas de Cocina Faciles: Cupcakes & Brownies) (Spanish Edition) Recetas veganas: Nuestras 100 mejores recetas en un solo libro (Spanish Edition) DÃfÃ- as de Cocina Recetas para Postres: Ã AÃfÃ mo cocinar prÃfÃcticas recetas de postre deliciosas y fÃfÃjiles? (Spanish Edition)

[Dmca](#)