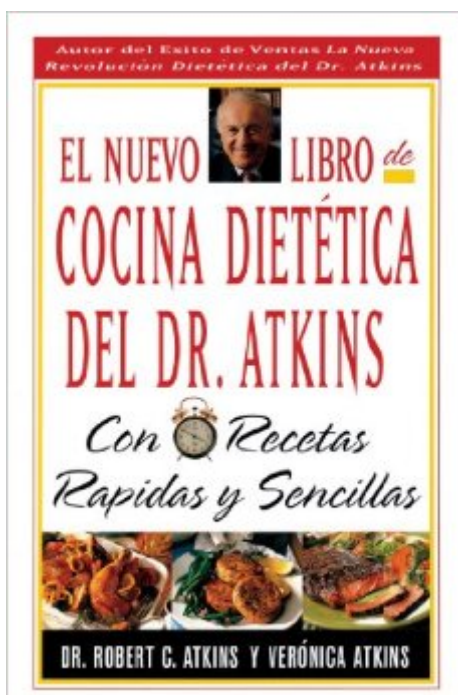


The book was found

El Nuevo Libro De Cocina Dietetica Del Dr Atkins: Con Recetas Rapidas Y Sencillas (Spanish Edition)



Synopsis

Suculentas Recetas en un Abrir y Cerrar de Ojos Le presentamos el complemento perfecto al libro La Nueva Revolución Dietética del Dr. Atkins con suculentas recetas que podrán pasar de la estufa a su mesa en treinta minutos o incluso menos. Olvídense de la ensalada sin aderezo, o de las resecas pechugas de pollo sin piel y de las insípidas verduras cocidas. Olvídense de las pequeñas porciones, de los alimentos sin grasa o desabridos, y dese el gusto de repetir su platillo favorito. Olvídense de pasar horas en la cocina. Con las deliciosas recetas de El Nuevo Libro de Cocina Dietética del Dr. Atkins se regocijarán con jugosos filetes, suculentas costillas, deliciosos huevos y platillos con queso; además podrán permitirse el placer de gozar de cremosas salsas y postres. Cada receta especifica la cantidad de carbohidratos por porción, e incluso contiene una guía para convertir sus propias recetas de acuerdo al estándar Atkins. Este libro de cocina está diseñado para alimentarse saludablemente y le ayudará a preparar comidas deliciosas todos los días, con lo que se sentirá como nuevo.

Book Information

Paperback: 224 pages

Publisher: Touchstone; Original ed. edition (October 14, 1997)

Language: Spanish

ISBN-10: 0684841959

ISBN-13: 978-0684841953

Product Dimensions: 5.5 x 0.7 x 8.4 inches

Shipping Weight: 8.8 ounces (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 4.6 out of 5 stars See all reviews (8 customer reviews)

Best Sellers Rank: #676,211 in Books (See Top 100 in Books) #35 in Books > Libros en español > Cocina > Dieta Especial #107 in Books > Health, Fitness & Dieting > Diets & Weight Loss > Atkins Diet #158 in Books > Libros en español > Salud, mente y cuerpo > Nutrición

Customer Reviews

This new diet cookbook can be seen as a complement and logical sequel to the author's previous book, Dr. Atkins' New Diet Revolution. Explaining the key role that carbohydrates play in the chemistry of human metabolism, Atkins argues for the reduction of carbohydrate intake. People who love to eat well can enjoy the delicious meals outlined here without feeling guilty, since the mechanisms for weight loss and weight maintenance are carefully kept in balance. The recipes

cover a variety of dishes, from salads and soups to main courses and desserts, with step-by-step instructions and suggestions for combining them. Recommended for public libraries. ?Jose Fornes Copyright 1998 Reed Business Information, Inc.

El doctor Robert C. Atkins es el fundador y director del Centro Atkins de Medicina Complementaria. El Dr. Atkins ha practicado la medicina durante más de treinta años, y es uno de los principales líderes en salud natural y nutrición; además ha sido honrado con el Reconocimiento al Mérito de la Organización Mundial de Medicina Alternativa.

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

El Nuevo Libro De Cocina Dietetica Del Dr Atkins: Con Recetas Rapidas Y Sencillas (Spanish Edition) El Nuevo Libro de Cocina Dietetica del Dr. Atkins (Dr. Atkins' Quick & Easy New: Complementario a La Nueva Revolucion Dietetica del Dr. Atkins ... New Diet Revolution) (Spanish Edition) El Nuevo Libro de Cocina Dietetica del Dr. Atkins: Complementario a La Nueva Revolucion Dietetica del (Spanish Edition) Las Recetas de la Abuela: 64 Exquisitas Recetas de Comida Española Tradicional y Tapas (recetas, recetas alcalinas, recetas vegetarianas, cocina, cocina casera, cocina sencilla) (Spanish Edition) Libro de Cocina de la Dieta DASH: Recetas Rapidas y deliciosas para perder peso, prevenir la diabetes y reducir la presion sanguinea (Spanish Edition) ATKINS: Atkins Diet Disaster: Avoid The Most Common Mistakes - Includes Secrets for RAPID WEIGHT LOSS with the Low Carb Atkins Diet (Atkins diet, Atkins ... diet, Paleo diet, Anti inflammatory diet) Atkins Diet: Dr Atkins New Diet Revolution - 6 Week Low Carb Diet Plan for You (Atkins Diet Book, Low Carb Cookbook, Atkins Diet Cookbook, High Protein Cookbook, New Atkins Diet) Atkins Diet: 50 Low Carb Recipes for the Atkins Diet Weight Loss Plan (Atkins Diet Books, Atkins Diet Recipes, Weight Loss Cookbook, Weight Loss Diet, Diet Cookbooks, Atkins Diet Cookbook) Atkins diet for rapid weight loss - Lose 5 lbs in Just 1 Week: atkins diet cookbook, atkins diet for rapid weight loss, atkins diet for beginners, atkins vegetarian Atkins Diet for Beginners: The Atkins Diet Quickstart Guide to Rapid Weight Loss with 24 Quick and Easy Low Carb Atkins Recipes (Low Carb Diet, Atkins Diet for Beginners, Atkins Diet Cookbook) Cocina Italiana: Recetas Italianas para principiantes (Recetas sencillas para principiantes - Comida Italiana para todos nº 1) (Spanish Edition) Dieta Mediterranea - Mejores Recetas de la Cocina Mediterranea Para Bajar de Peso Saludablemente: Su Libro de Cocina Saludable - Deliciosas Recetas Saludables (Spanish Edition) ATKINS: The Ultimate ATKINS Diet Recipes!: Atkins Diet: Top Atkins Diet Recipes for Beginners Atkins Diet Rapid Weight Loss: Atkins Diet Guide for Beginners - Lose Up To 30 Pounds in 30 Days (Atkins Diet Books, Atkins Diet Recipes, Diet Cookbook, ... Rapid Weight

Loss, Low Carb, Weight Loss)) ATKINS: Atkins Diet - A 14-Day Atkins Diet Plan For A Simple Start (A Guide To The Atkins Diet Plus A Diet Plan To Achieve Your Weight Loss Goals) Atkins Diet Recipes Under 30 Minutes: Over 30 Atkins Recipes For All Phases (Includes Atkins Induction Recipes) (Atkins Diet Cookbook) (Volume 1) Atkins Diet Recipes Under 30 Minutes: Over 30 Atkins Recipes For All Phases (Includes Atkins Induction Recipes) (Atkins Diet Cookbook) (Volume 2) The Complete Atkins Diet Plan Book: The Atkins Diet Book and Atkins Diet Plan. Also Includes Atkins Diet for Beginners Atkins Diet Recipes Under 30 Minutes Vol. 2: Over 30 Atkins Recipes For All Phases & Includes Atkins Induction Recipes (Atkins Diet Cookbook) Atkins Diet: The Ultimate Guide to Atkins Diet - How To Lose Weight Fast Using Atkins Low Carb Diet (atkins diet, low carb diet)

[Dmca](#)