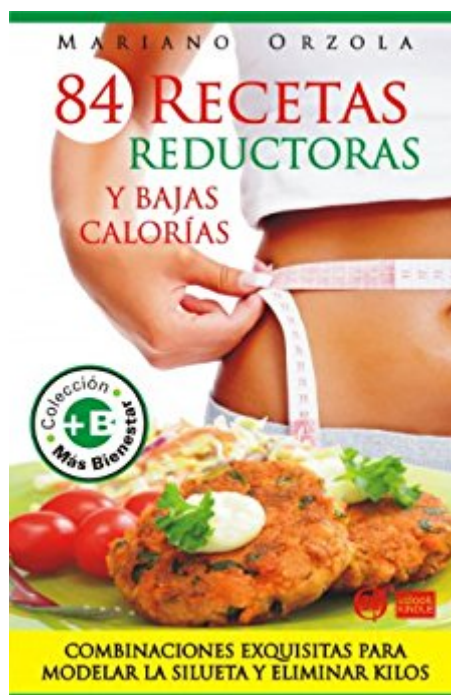


The book was found

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 âbajas calorâ • 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 Sándwiches- Recetas de Postres- Recetas para el desayuno- Claves para darle sabor a tus comidas- Los métodos de cocción de los alimentos- Clasificación de los alimentos

Book Information

File Size: 2628 KB

Print Length: 113 pages

Publisher: OrzolaPress; Primera edition (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 calorías (Colección Más Bienestar) (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) 30 Recetas para Diabéticos: Recetas Bajas en Azúcar, Grasas y Carbohidratos. (Spanish Edition) Aromaterapia y Terapias Naturales para Cuerpo y Mente La Guía Holística para Bienestar, Equilibrio y Belleza: Crea Tu Propio Spa de Bienestar Holístico ... Terapias Naturales) (Spanish Edition) Guía completa de las técnicas culinarias: Postres: Con más de 150 deliciosas recetas de la escuela de cocina más famosa del mundo (Le Cordon Bleu series) (Castilian Edition) 60 Recetas Vegetarianas Bajas En Calorías: Adelgaza Fácil y Definitivamente (Spanish Edition) Tabla de calorías (Spanish Edition) Las recetas de Mamá Pura: Edición Especial con "El sazón de la cocina dominicana" (Colección recetas "el fogoncito") (Volume 2) (Spanish Edition) Recetas Vegetarianas Fáciles y Económicas: Más de 120 recetas vegetarianas saludables y exquisitas (Recetas sabor inglés) (Volume 5) (Spanish Edition) Vamos A Encontrar Lo Mas Corto y Lo Mas Largo (Matemáticas Para Empezar) (Spanish Edition) El Recetario de La Dieta South Beach: Más de 200 recetas deliciosas (The South Beach Diet) (Spanish Edition) El cocinero en casa / The Cook at Home: Técnicas culinarias, trucos y consejos, poner la mesa, la compra y más de 500 recetas (Spanish Edition) Nikas Bakerys: Las recetas de los más buscados Cupcakes - Paso a Paso (Spanish Edition) 95 Recetas de Comidas y Licuados para Aumentar la Masa Muscular en Menos de 7 días: No Espere Más para Aumentar su Masa Muscular (Spanish Edition) Psicología del arte (COLECCION PSICOLOGIA) (Colección Psicología / Ediciones Piramide) (Spanish Edition) 50 Mejores Recetas de Ensaladas Para Bajar de Peso y Desintoxicar el Cuerpo: Deliciosas Recetas Fáciles y Saludables (Spanish Edition) 27 Recetas Fáciles de Aperitivos (Recetas Fáciles: Aperitivos & Ensaladas nº 1) (Spanish Edition) 27 Recetas Fáciles de Brownies (Recetas de Cocina Fáciles: Cupcakes & Brownies) (Spanish Edition) Recetas veganas: Nuestras 100 mejores recetas en un solo libro (Spanish Edition) ¿Cómo cocinar prácticas recetas de postre deliciosas y fáciles? (Spanish Edition)

[Dmca](#)