



Mes petites recettes magiques acido-basiques

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Mes petites recettes magiques acido-basiques

Anne Dufour, Catherine Dupin

Mes petites recettes magiques acido-basiques Anne Dufour, Catherine Dupin

 [Télécharger Mes petites recettes magiques acido-basiques ...pdf](#)

 [Lire en ligne Mes petites recettes magiques acido-basiques ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Mes petites recettes magiques acido-basiques Anne Dufour, Catherine Dupin

208 pages

Présentation de l'éditeur

L'équilibre acido-basique est une fonction de l'organisme qui vise à réguler le pH de celui-ci. Aujourd'hui, notre alimentation est trop protéinée, trop sucrée, donc acidifiante pour le corps ; de quoi perturber cet équilibre. Et c'est là que les ennuis commencent. Fatigue, mauvaise haleine, troubles digestifs, surpoids... Découvrez dans ce livre comment choisir et associer vos aliments pour ne plus jamais manger « contre vous » !

Au programme :

- L'équilibre acido-basique en 9 questions-réponses : C'est quoi ? Comment savoir si on est en déséquilibre acido-basique ?
- Les 29 troubles dus à un déséquilibre acido-basique avec, pour chacun, les aliments pour en finir : douleurs musculaires, immunité faible, constipation, épuisement...
- 33 idées de combinaisons acido-basiques : poulet rôti + patate douce ; omelette + champignons ; saumon + brocolis...
- Et 100 délicieuses recettes acido-basiques pour conjuguer santé et gourmandise : Soupe au curry et à la citronnelle, Salade courgettes crues et chèvre frais, Parmentier de boudin noir patate douce, Omelette sucrée à la banane, Flan de poire...

Le petit + : Téléchargez une semaine de programme détox acido-basique !

UN RÉGIME POUR VIVRE MIEUX ET PLUS LONGTEMPS ! Biographie de l'auteur

Anne Dufour, journaliste indépendante, est passionnée de nutrition et de médecine naturelle. Elle est l'auteur de nombreux livres à succès sur la santé et la forme. Anne est diplômée de la Cooking Academy de l'Atelier des sens.

Catherine Dupin est une fervente utilisatrice d'huiles essentielles et une fan de cuisine gourmande, saine et express au quotidien. Elle est diplômée de la Cooking Academy de l'Atelier des sens. Catherine est aussi maman d'une famille nombreuse.

Download and Read Online Mes petites recettes magiques acido-basiques Anne Dufour, Catherine Dupin #3WLS6P52HBZ

Lire Mes petites recettes magiques acido-basiques par Anne Dufour, Catherine Dupin pour ebook en ligne Mes petites recettes magiques acido-basiques par Anne Dufour, Catherine Dupin Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Mes petites recettes magiques acido-basiques par Anne Dufour, Catherine Dupin à lire en ligne. Online Mes petites recettes magiques acido-basiques par Anne Dufour, Catherine Dupin ebook Téléchargement PDF Mes petites recettes magiques acido-basiques par Anne Dufour, Catherine Dupin Doc Mes petites recettes magiques acido-basiques par Anne Dufour, Catherine Dupin Mobipocket Mes petites recettes magiques acido-basiques par Anne Dufour, Catherine Dupin EPub

3WLS6P52HBZ3WLS6P52HBZ3WLS6P52HBZ