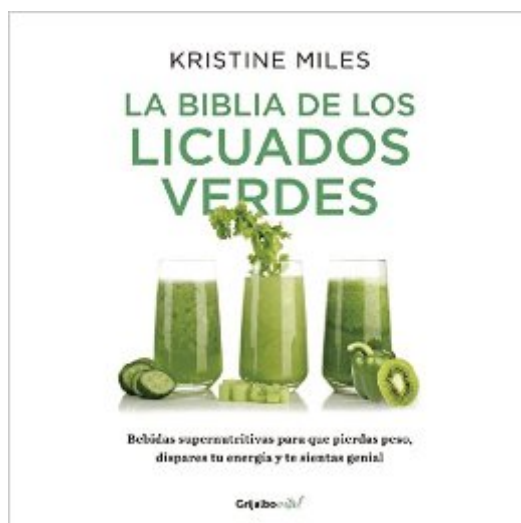


The book was found

La Biblia De Los Licuados Verdes (Spanish Edition)



Synopsis

Los licuados verdes no sÃ³lo estÃ¡n de moda: gracias a ellos puedes maximizar tu salud y bienestar. ¿Sabías que tomar un licuado verde al dÃ­a, hecho a base de frutas y vegetales, puede incrementar dramÃ¡ticamente la cantidad de nutrientes que necesita tu cuerpo para protegerte? Todas las autoridades en el Ã¡rea de la salud recomiendan de seis raciones de frutas y vegetales al dÃ­a, pero muy pocos seguimos ese consejo. La prestigiosa fisioterapeuta y chef Kristine Miles pone a tu alcance mÃ¡s de 300 deliciosas y sencillas recetas que ademÃ¡s de activar y mejorar tu digestiÃ³n, te ayudarÃ¡n a: *Perder peso. *Desintoxicar tu cuerpo. *Incrementar tu energÃ­a. *Combatir las enfermedades cardÃ­acas. *Prevenir la diabetes, la depresiÃ³n y ciertos tipos de cÃ¡ncer. *Estimular tu sistema inmunolÃ³gico. *Mejorar tu cabello y piel. La biblia de los licuados verdes es ideal para aquellas personas que pretenden hacer un cambio radical en su alimentaciÃ³n y buscan soluciones inmediatas que les ayuden a mantener una buena salud y apariencia, ademÃ¡s de tener una experiencia inolvidable en el paladar. Cada una de estas recetas te muestra cÃ³mo combinar vegetales verdes y frutas exquisitas para obtener los licuados mÃ¡s nutritivos que jamÃ¡s hayas tomado: desempolva tu licuadora, abraza la salud y siÃ©ntete increÃ­ble.

ENGLISH DESCRIPTION You know a daily diet rich in fruits and vegetables can maximize your health and well-being. But did you know that drinking a smoothie every day made from fruits and vegetables can dramatically increase the amount of life-saving nutrients your body takes in? • Lose Weight • Detoxify the Body • Increase Energy • Fight Heart Disease • Prevent Diabetes, Depression and Certain Cancers • Boost the Immune System • Improve Skin and Hair

Book Information

Paperback: 248 pages

Publisher: Grijalbo (August 25, 2015)

Language: Spanish

ISBN-10: 607312807X

ISBN-13: 978-6073128070

Product Dimensions: 5.4 x 0.7 x 8.2 inches

Shipping Weight: 12.6 ounces (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 5.0 out of 5 starsÂ Â See all reviewsÂ (1 customer review)

Best Sellers Rank: #1,594,382 in Books (See Top 100 in Books) #19 inÂ Books > Libros en espaÃ±ol > Cocina > Licores y Bebidas #1157 inÂ Books > Cookbooks, Food & Wine >

Beverages & Wine > Juices & Smoothies #14302 in Books > Libros en espaÃ±ol > No-FicciÃ³n

Customer Reviews

Good purchase

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

La biblia de los licuados verdes (Spanish Edition) Historia Antigua De Los Egipcios,de Los Asirios, De Los Babilonios, De Los Medos Y De Los Persas, De Los Macedonios, De Los Griegos, De Los Cartagineses Y De Los Romanos... (Spanish Edition) Historia Antigua de Los Egipcios, de Los Asirios, de Los Babilonios, de Los Medos y de Los Persas, de Los Macedonios, de Los Griegos, de Los Cartagine (Spanish Edition) Los verdes somos los nuevos rojos (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) Negocios Verdes. Nueva realidad de los Negocios en el Siglo XXI: La conexiÃ³n real con el desarrollo sostenible (Spanish Edition) El Gran libro de jugos y batidos verdes: ÃÃs de 400 recetas simples y deliciosas! (La Dama De Los Jugos) (Spanish Edition) Biblia de bosquejos y sermones: Hechos (Biblia de Bosquejos y Sermones N.T.) (Spanish Edition) Y La Biblia Tenia Razon (Coleccion de la Biblia de Israel) (Spanish Edition) La Biblia App Para Ninos Historias de la Biblia (The Bible App For Kids Storybook Bible Spanish Edition) Biblia de bosquejos y sermones: 1 y 2 Corintios (Biblia de Bosquejos y Sermones N.T.) (Spanish Edition) Biblia de bosquejos y sermones: Lucas (Biblia de Bosquejos y Sermones N.T.) (Spanish Edition) Biblia de bosquejos y sermones: Hebreos y Santiago (Biblia de Bosquejos y Sermones N.T.) (Spanish Edition) Verdes colinas de Africa / Green Hills of Africa (Palabra En El Tiempo / Word at the Time) (Spanish Edition) Riquezas Verdes: Seleccin de plantas, especies aromaticas, Arboles medicinales y sus usos en Puerto Rico (Spanish Edition) DETRÃS DE TUS OJOS VERDES (Spanish Edition) Biblia devocional los lenguajes del amor (Spanish Edition) QuiÃ©n es quiÃ©n y dÃ³nde es dÃ³nde en la Biblia 2.0: EdiciÃ³n ampliada y actualizada: un diccionario ilustrado de la A a la Z de las personas y de los lugares en las Escrituras (Spanish Edition) El cÃ³digo de la Biblia, los enigmas de las Sagradas Escrituras. (Spanish Edition) La biblia de los cristales (Cuerpo-Mente / Body-Mind) (Spanish Edition)

[Dmca](#)