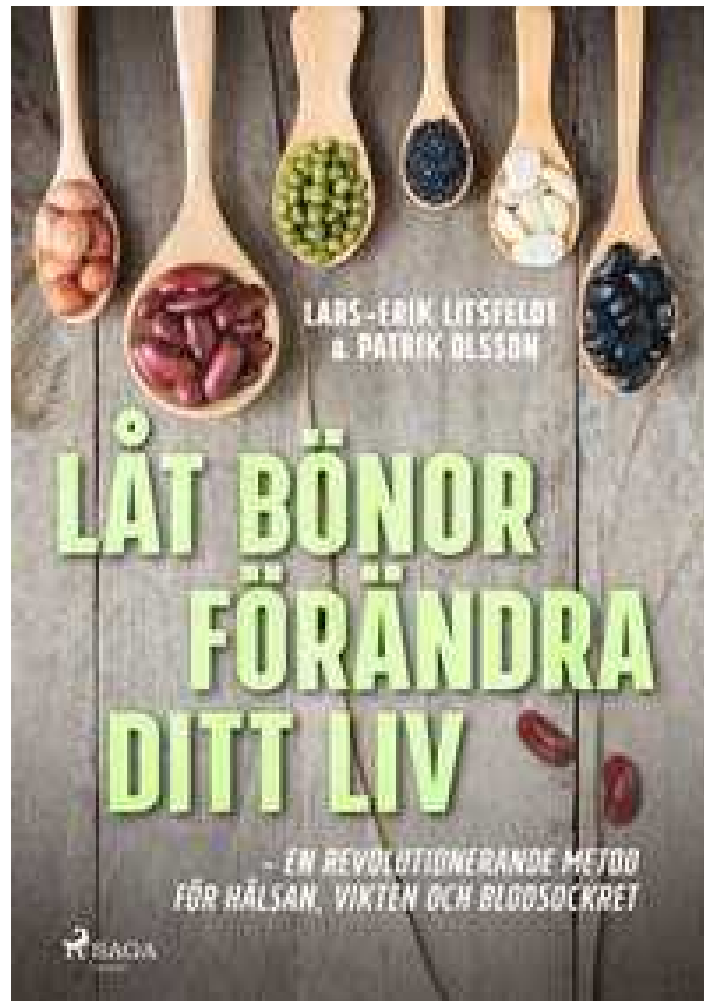


Låt bönor förändra ditt liv PDF E-BOK

Lars-Erik Litsfeldt



Författare: Lars-Erik Litsfeldt

ISBN-10: 9788711956595

Språk: Svenska

Filstorlek: 1664 KB

BESKRIVNING

Var elfte vuxen lever idag med diabetes. Ett allt vanligare behandlingssätt är att äta mindre kolhydrater och mer fett. Här introduceras en ny lågkolhydratmat med tillägg som också gynnar de goda magbakterierna, såsom yoghurt, surkål och bönor. Boken innehåller träningstips för att maxa resultatet, liksom recept på hur man till exempel syrar sina egna grönsaker. Lars-Erik Litsfeldt är utbildad jurist och har arbetat inom skatteförvaltningen och riksskatteverket. Han fick diagnosen diabetes, och började med det som idag kallas LCHF som en del av behandlingen mot sjukdomen. Patrik Olsson har varit diabetiker sedan tidig barndom. Efter att ha förlorat synen till följd av sin sjukdom ville han hjälpa andra diabetiker att undvika vanliga komplikationer och driver idag Facebookgruppen Smarta Diabetiker. Ljudbok: 1 MP3-CD Speltid: 5 t. 08 min. Uppläsare: Peter Melin

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Låt bönor förändra ditt liv - Kokboken - Lars-Erik Litsfeldt, Patrik ...

Låt bönor förändra ditt liv - en revolutionerande metod för hälsan, vikten och blodsockret. Likt den kände engelske läkaren och författaren Michael Mosley ...

Recension av "Låt bönor förändra ditt liv" - Bitte & Blandat

Pris: 89 kr. inbunden. Förväntas skickas under v. 9. Förhandsbeställ boken Låt bönor förändra ditt liv : kokboken av Lars-Erik Litsfeldt, Patrik Olsson ...

Låt bönor förändra ditt liv - Livsenergi

Bönor kan vara ännu nyttigare än vi trott ... Patrik Olsson har diabetes och är aktuell med boken "Låt bönor förändra ditt liv".

LÅT BÖNOR FÖRÄNDRA DITT LIV

LÄS MER