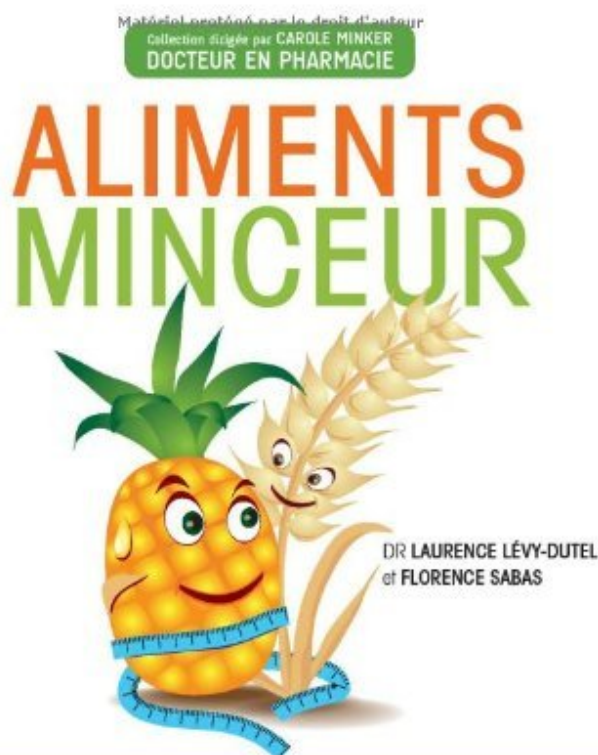


[DOWNLOAD] File size: 47.Mb

# Aliments minceur : Un concentré d'infos et de recettes originales



Par Laurence Lvy-Dutel, Florence Sabas  
\*Download PDF | ePub | DOC |  
audiobook | ebooks

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes : #212494 dans eBooksPubli le: 2011-06-23Sorti le: 2011-06-23Format: Ebook Kindle

[DOWNLOAD] Aliments minceur : Un concentré d'infos et de recettes originales

Par Laurence Lvy-Dutel, Florence Sabas : **Aliments minceur : Un concentré d'infos et de recettes originales** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Aliments minceur : Un concentré d'infos et de recettes originales:

Un concentré d'infos et de recettes originales

EYROLLES

Matériel protégé par le droit d'auteur

Download

Read Online

## Description :

Présentation de l'auteur Ananas, son d'avoine, pices... nombreux sont les aliments considérés comme des " aliments minceur " : y a-t-il une part de vrai cela ? certains aliments nous permettent-ils de maigrir ? lesquels ? Quels sont les aliments naturels privilégier pour optimiser vos objectifs : Ventre plat ; Anti-rétention d'eau ; Effet " brûle-graisse " ; Anti-cellulite ? ; Perte de poids. Cet ouvrage vous propose de découvrir des aliments 100% naturels (fruits, légumes, céréales...) ayant ces effets avérés. Des recettes inédites, pratiques et simples, ont été élaborées pour mettre en valeur chaque aliment minceur, vous permettant ainsi de les découvrir et de les savourer ! Présentation de l'auteur Ananas, son d'avoine, pices... nombreux sont les aliments considérés comme des " aliments minceur " : y a-t-il une part de vrai cela ? certains aliments nous permettent-ils de maigrir ? lesquels ? Quels sont les aliments naturels privilégier pour optimiser vos objectifs : Ventre plat ; Anti-rétention d'eau ; Effet " brûle-graisse " ; Anti-cellulite ? ; Perte de poids. Cet ouvrage vous propose de découvrir des aliments 100% naturels (fruits, légumes, céréales...) ayant ces effets avérés. Des recettes inédites, pratiques et

simples, ont t labores pour mettre en valeur chaque aliment minceur, vous permettant ainsi de les dcouvrir et de les savourer !Biographie de l'auteurLe docteur Laurence Lvy-Dutel est endocrinologue-nutritionniste, spcialise dans l'obsit. Attache l'hpital europen Georges Pompidou (Paris), elle est l'auteur du blog abcdregime.com. Florence Sabas est chef cuisiniere et cratrice des Ptisseries Plumes. Elle a labor des recettes originales pour cet ouvrage. (lespatisseriesplumes.com). L'ouvrage a t valid par Carole Minker, Docteur en Pharmacie et Pharmacognosie.