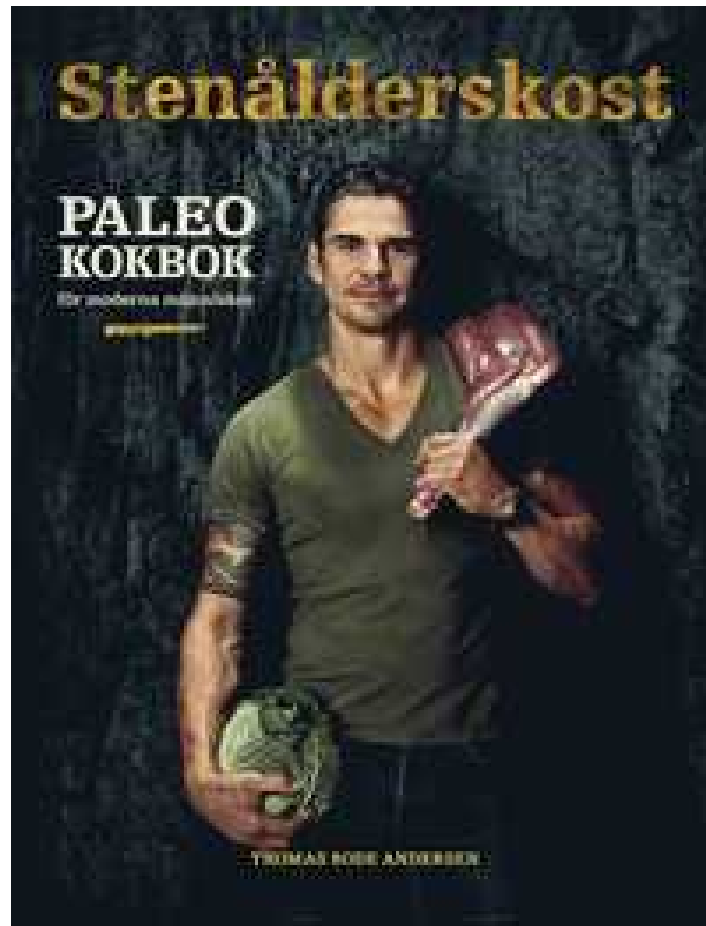


Tags: Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor bok pdf svenska; Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor las online bok; Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor MOBI download; Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor e-bok apple; Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor ladda ner pdf e-bok; Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor epub books download

Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor PDF E-BOK

Martina Johansson,Ralf Sundberg



Författare: Martina Johansson,Ralf Sundberg

ISBN-10: 9789175470290

Språk: Svenska

Filstorlek: 4903 KB

BESKRIVNING

Maten som dina gener är vana vid! Paleo är en förkortning av paleolitikum, den vetenskapliga benämningen på stenåldern. Recepten i den här boken baseras på den senaste forskningen om den kost som vi är genetiskt anpassade för. Stenålderskost. I Tomas Rode Andersens evolutionärt intelligenta recept står de naturliga råvarorna och smakerna i centrum. Stjärnkocken Tomas Rode Andersen har varit kökschef på Kong Hans Kælder i Köpenhamn i snart tjugo år. 2008 förverkligade han sin dröm och gjorde om menyn på sin lyxkrog. Nu serverar han modern stenålderskost i gourmetklass. I boken finns fler än 80 fantastiska recept som bygger på stenålderskostens principer, där kött, fisk grönsaker, ägg, frukt, bär och nötter utgör basen. Naturligt och hälsosamt. Till glädje för gommen, magen och hela kroppen. Paleo innebär också att ta hand om hela sin kropp och att se kosten och träningen i ett helhetsperspektiv. Som en livsstil. I boken delar Thomas med sig av sina bästa träningstips. Författaren Thomas Rode Andersen Mr Paleo är en av Danmarks mest kända kockar. Han har arbetat på två- och trestjärniga Michelinkrogar i Danmark, Österrike och Tyskland. Rode Andersens bok har sålt 75 000 exemplar i Danmark på åtta månader.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor: Amazon.es ...

Att bo granne med ondskan : Sveriges förhållande till nazismen, Nazityskland och Förintelsen pdf download (Klas Åmark)

Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor | Adlibris

Pris: 79 kr. E-bok, 2013. Laddas ned direkt. Köp Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor av Thomas Rode Andersen på Bokus.com. Boken har 1 ...

Stenålderskost : Paleo - kokbok för moderna människor ... - amazon.es

Stenålderskost - Paleokokbok för moderna människor av den danske stjärnkocken Thomas Rode Andersen är vare sig den första eller sista om matlagning där...

LÄS MER