


[DOWNLOAD](#)


## Smoothie: la revolucion verde 200 recetas sencillas para un salto radical a la salud natural

By Boutenko, Victoria

GAIA, 2013. Condition: Nuevo. Descubre el extraordinario poder curativo de los batidos verdes. Victoria Boutenko, la creadora de los batidos verdes (smoothies), aporta en esta obra la información esencial sobre esta revolucionaria manera de consumir vegetales de hoja verde, así como una gran variedad de sencillas recetas. Gracias a que requiere muy poco tiempo de preparación, esta sabrosa y nutritiva bebida se convierte en la forma más sencilla de reintroducir en nuestra dieta las frutas, hortalizas y verduras de hoja que llevamos tanto tiempo olvidadas. Además, las doscientas recetas incluidas en Smoothie: la revolución verde nos ofrecen la manera más simple y deliciosa de ingerir crudos todos esos vegetales que nos aportan los nutrientes que nuestro organismo anhela y necesita. Victoria Boutenko, pionera en el campo de la alimentación crudívora, nos facilita la tarea de consumir verduras de hoja a través de una simple y eficaz propuesta que nos permitirá obtener óptimos beneficios nutricionales. El consumo de alimentos procesados y «comida rápida», combinado con el exceso de trabajo, la sensación de estrés y la costumbre de comer a toda velocidad, provoca que muy pocos de nosotros logremos seguir una dieta equilibrada en medio de la feroz competitividad que caracteriza nuestra...



[READ ONLINE](#)

[ 3.41 MB ]

### Reviews

*Extensive manual! Its this type of great read through. Sure, it is actually engage in, nonetheless an interesting and amazing literature. Its been written in an exceedingly simple way and it is simply right after i finished reading this pdf through which basically altered me, affect the way i believe.*

-- **Mrs. Mertie Cummerata**

*This pdf is indeed gripping and exciting. It is writter in easy words and phrases and not confusing. Once you begin to read the book, it is extremely difficult to leave it before concluding.*

-- **Alayna Kuphal**

## Other Books



### **Estrellas Peregrinas Cuentos de Magia y Poder Spanish Edition**

Pinata Books. Paperback. Book Condition: New. Paperback. 178 pages. Dimensions: 8.3in. x 5.4in. x 0.6in. First ever Spanish-language edition of the critically acclaimed collection of short stories for young adults by a master of Latino literature. Were all walking stars, the eighty-four year...



### **Ed468 906 - Como Ayudar a Su Hijo a Ser Un Buen Lector: Con Actividades Para Los Ninos Desde El Nacimiento Hasta Los 6 Anos (Helping Your Child Become**

Bibliogov, United States, 2013. Paperback. Book Condition: New. 246 x 189 mm. Language: English, Spanish. Brand New Book \*\*\*\*\* Print on Demand \*\*\*\*\*. When parents and other family members read with their children, help them with homework, talk with their teachers, and participate...



### **Criar a Nuestros Hijos Creciendo Nosotros: Transformando El Vinculo Entre Padres E Hijos: de Reaccion y Lucha a Libertad, Poder y Disfrute**

Book Publishers Network, United States, 2015. Paperback. Book Condition: New. 231 x 153 mm. Language: English, Spanish. Brand New Book. Every parent would happily give up ever scolding, punishing or threatening if she only knew how to ensure that her toddler/child/teen would...



### **The Battle of Eastleigh, England U.S.N.A.F., 1918**

RareBooksClub. Paperback. Book Condition: New. This item is printed on demand. Paperback. 36 pages. Dimensions: 9.6in. x 7.3in. x 0.2in. This historic book may have numerous typos and missing text. Purchasers can download a free scanned copy of the original book (without typos)...



### **The New Green Smoothie Diet Solution: Nature s Fast Lane to Peak Health**

Createspace, United States, 2012. Paperback. Book Condition: New. 224 x 152 mm. Language: English. Brand New Book \*\*\*\*\* Print on Demand \*\*\*\*\*. New Bestselling Green Smoothie Book Now Available In Print Version! Join The Green Smoothie Revolution For Abundant Radiant Health! Feeling...



### **The New Green Smoothie Diet Solution (Revised and Expanded Edition): Nature s Fast Lane for Peak Health**

Fast Lane Publishing, United States, 2013. Paperback. Book Condition: New. 252 x 178 mm. Language: English. Brand New Book \*\*\*\*\* Print on Demand \*\*\*\*\*. Now Revised Expanded With Brand New Content + 30 New Delicious Nutritious Green Smoothie Recipes Join The Green...