



Les plus puissants des super-aliments

Jean-François Hämmerle, Clémence Catz

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Les plus puissants des super-aliments Jean-François Hämmerle, Clémence Catz

 [**Download** Les plus puissants des super-aliments ...pdf](#)

 [**Read Online** Les plus puissants des super-aliments ...pdf](#)

Les plus puissants des super-aliments

Jean-François Hämmerle, Clémence Catz

Les plus puissants des super-aliments Jean-François Hämmerle, Clémence Catz

Téléchargez et lisez en ligne Les plus puissants des super-aliments Jean-François Hämmerle, Clémence Catz

224 pages

Présentation de l'éditeur

Les super-aliments sont sur le devant de la scène, mais les plus puissants d'entre eux restent des ingrédients que nous connaissons assez peu, et que nous ne savons pas utiliser au quotidien.

Ce guide vous permettra de maîtriser ces nouveaux aliments comme si vous les connaissiez depuis toujours et vous fera partager la passion du plus grand spécialiste français des super-aliments. Une présentation détaillée des vertus nutritionnelles et santé du top des super-aliments, et des recettes pour les adopter au quotidien acerola, açai, aguaymanto, fèves de cacao, beurre de cacao, caroube du Pérou, chlorelle, griffe du chat, guarana, klamath, lucuma, maca, maïs mauve, nopal, spiruline, urucum...

Biographie de l'auteur

Jean-François Hammerlé, grand connaisseur de l'Amérique Latine, principal terroir des super-aliments, a été le premier à introduire ces derniers en France. Il est le fondateur de la marque écosolidaire Solsemilla, qui commercialise en France tous les principaux super-aliments.

Clémence Catz est auteur culinaire, spécialisée en cuisine saine. Elle a publié de nombreux ouvrages aux éditions de La Plage.

Download and Read Online Les plus puissants des super-aliments Jean-François Hämmerle, Clémence Catz #DWLZBJNVAKS

Lire Les plus puissants des super-aliments par Jean-François Hämmerle, Clémence Catz pour ebook en ligneLes plus puissants des super-aliments par Jean-François Hämmerle, Clémence Catz Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Les plus puissants des super-aliments par Jean-François Hämmerle, Clémence Catz à lire en ligne.Online Les plus puissants des super-aliments par Jean-François Hämmerle, Clémence Catz ebook Téléchargement PDFLes plus puissants des super-aliments par Jean-François Hämmerle, Clémence Catz DocLes plus puissants des super-aliments par Jean-François Hämmerle, Clémence Catz MobipocketLes plus puissants des super-aliments par Jean-François Hämmerle, Clémence Catz EPub

DWLZBJNVAKSDWLZBJNVAKSDWLZBJNVAKS