

Depura Sopa

Sopas, cremas y caldos vegetales que depuran, sanan y revitalizan

Fuhrman, Elina

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484456018

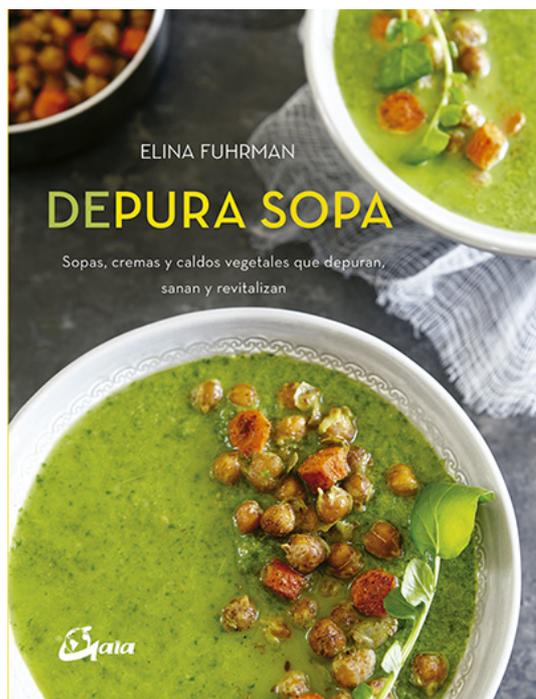
Páginas: 262

Dimensiones: 17,5 x 23 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 17,90 €

Coleccion: Nutrición y salud



SINOPSIS

Por fin un programa de depuración que te ayudará a limpiar, sanar y revitalizar tu organismo sin renunciar a los placeres de la buena mesa. La innovadora chef Elina Fuhrman, fundadora de la exitosa línea de sopas ecológicas «Soupelina», comparte aquí sus programas detox de 3 y 5 días que eliminarán las toxinas de tu organismo, te desinflamarán, restaurarán tu salud y te darán un aspecto estupendo, a la vez que te permitirán perder algunos kilos.

Además, la autora revela en esta obra las recetas que le ayudaron en el proceso de curación de su cáncer de mama. Gracias a su peculiar y creativa forma de cocinar verduras, hierbas y especias, descubrirás en *Depura Sopa* 50 sabrosas sopas elaboradas con ingredientes vegetales que cambiarán tu idea sobre la comida sana.