

## Bebidas probióticas

75 deliciosas recetas de kombucha, kéfir, cerveza de jengibre y otras bebidas fermentadas de modo natural

Mueller, Julia

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484456711

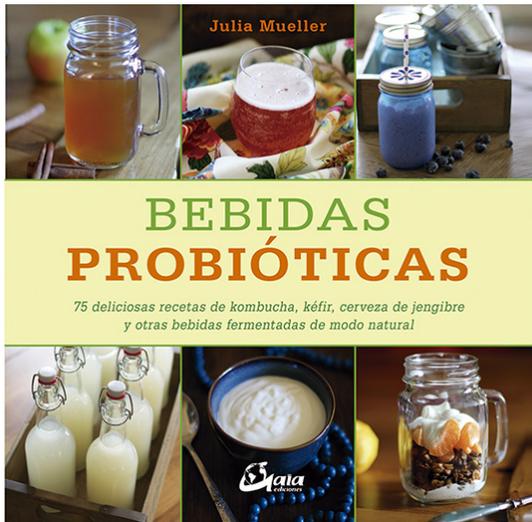
Páginas: 242

Dimensiones: 19,7 x 19,7 cm

Encuadernación: Tapa dura

PVP.: 18,00 €

Coleccion: Nutrición y salud



### ¡ELABORA DELICIOSAS Y SALUDABLES BEBIDAS PROBIÓTICAS EN TU PROPIA COCINA!

Los **beneficios** que los probióticos aportan a la salud son cada vez más conocidos. Numerosos profesionales médicos ensalzan sus múltiples efectos positivos en la **digestión**, el **metabolismo** y el **sistema inmunitario**.

Ahora puedes aprender a elaborar kombucha y muchos otros tipos de bebidas probióticas en tu hogar, y compartir sus beneficiosas propiedades con tus amigos y seres queridos.

Con instrucciones claras y precisas y fotografías a todo color, este libro es la guía definitiva para elaborar bebidas probióticas de manera artesanal. Tal vez creas que fermentar es una tarea laboriosa, pero Julia Mueller demuestra que se trata de una actividad muy entretenida y rentable, con resultados deliciosos.