

Cocina del arco iris

Dr. Gabriel Cousens

COCINA DEL ARCO IRIS

Incluye recetas de
alimentación viva



Incluye recetas de alimentación viva
Cousens, Gabriel Dr.

Editorial: Antroposófica

ISBN: 9789876820554

Páginas: 394

Dimensiones: 16 x 23 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 25,00 €

SINOPSIS

Estas revolucionarias recetas comprendidas adecuadamente, además de estimular tu paladar elevan tu comprensión sobre el ámbito biológico del cuerpo y la mente. El autor de la *Cocina del Arco Iris* ha creado la primera cocina multinacional, sofisticada y gourmet basada en alimentos vivos, naturales y orgánicos.

Sostiene que no hay una única dieta para todos y busca los conocimientos científicos para desarrollar una dieta individual. La *Cocina del Arco Iris* une el enfoque de la sabiduría dietaria ayurvédica con la investigación moderna sobre los factores metabólicos, como la oxidación rápida o lenta, el tipo sanguíneo, la composición genética, etc. Aprender a seleccionar una dieta que se ajuste a tu propia constitución es la clave para la salud y el equilibrio.

También son abordados en este libro, los peligros de los alimentos que han sido tratados genéticamente, manipulados con pesticidas, herbicidas y hormonas; irradiados, tratados con microondas, o incluso cocinados. La *Cocina del Arco Iris* es la solución más práctica a esas cuestiones críticas personales y planetarias.

Esta investigación constituye una nueva visión basada en un tema milenario: "Come de la manera en que te lo propone la naturaleza."

"Gabriel Cousens, Doctor en Medicina, presenta una síntesis contundente de la importancia del 'ámbito biológico'. Las ...