



riverside
agency

Recetas saludables para tu bienestar

Autor: Rebecca, Leffler

RBA Integral

ISBN: 978-84-9118-100-2 / Rústica / 240pp | 194 x 240 mm

Precio: \$ 949,00



Rebecca, Leffler

Llega un día en el que nos prometemos comer bien, cuidarnos y resplandecer... ¡Ahora es el momento! De la mano de Rebecca Leffler descubrirás los efectos benéficos que producen los alimentos en nuestro cuerpo y en nuestra mente. ¡Integra lo green en tu dieta diaria y alcanza la felicidad de manera fácil i divertida! El libro incluye 180 recetas para que tu cuerpo y tu mente alcancen la felicidad, imágenes para que presentes tus platos como un profesional, trucos que te harán sentir chic, green y happy, secretos de salud, ejercicios de yoga y delicias gastronómicas para sonreír todo el año.