

Guide et recettes
pour manger
GAPS



120 recettes sans gluten - céréales - sucre raffinés - colorants
artificiels - produits laitiers industriels - additifs

Notes: 1. Recettes adaptées à la phase 1 du régime GAPS (sans gluten, sans sucre raffiné, sans produits laitiers industriels, sans additifs)

Guide et recettes pour manger GAPS

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Guide et recettes pour manger GAPS

Denise Kruger Fantoli

Guide et recettes pour manger GAPS Denise Kruger Fantoli

Offre de printemps: 27€ au lieu de 36!

Ce guide et livre de recettes est un complément au livre du Dr Natasha Campbell-McBride :
Le syndrome entéro-psychologique. GAPS (2011).

Il a été conçu afin de faciliter la mise en place de la thérapie GAPS.

Vous y trouverez :

- un résumé de la méthode et des conseils pour bien débuter le traitement,
- 238 recettes richement illustrées et classées selon l'ordre de progression du traitement GAPS
- la liste détaillée du matériel requis,
- des tableaux aidant à comprendre la logique des étapes à suivre,
- des témoignages et idées pratiques tirés de 15 ans d'expérience GAPS.

Les recettes sont simples et demandent peu de temps pour leur réalisation, elles sont compatibles avec la nutrition Paléo.

Une fois de nouvelles habitudes prises, l'alimentation GAPS vous paraîtra logique et évidente : c'est un retour à une cuisine traditionnelle avec des aliments sains tels que nous les offre notre terre.

En expérimentant l'alimentation GAPS, vous allez réaliser à quel point notre organisme est bien fait et découvrir son énorme capacité d'autoguérison. Vous allez, surtout, apprendre à vous écouter...

Ce livre partage tout le savoir que Denise Kruger Fantoli a accumulé durant des années. Les recettes sont succulentes et les images magnifiques. Je recommande chaleureusement ce livre à toute personne qui a besoin de guérir son corps d'une maladie chronique, physique ou mentale.

Dr Natasha Campbell-McBride

 [Télécharger Guide et recettes pour manger GAPS ...pdf](#)

 [Lire en ligne Guide et recettes pour manger GAPS ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Guide et recettes pour manger GAPS Denise Kruger Fantoli

304 pages

Download and Read Online Guide et recettes pour manger GAPS Denise Kruger Fantoli #3LR40AJYGO7

Lire Guide et recettes pour manger GAPS par Denise Kruger Fantoli pour ebook en ligne Guide et recettes pour manger GAPS par Denise Kruger Fantoli 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 Guide et recettes pour manger GAPS par Denise Kruger Fantoli à lire en ligne. Online Guide et recettes pour manger GAPS par Denise Kruger Fantoli ebook Téléchargement PDF Guide et recettes pour manger GAPS par Denise Kruger Fantoli Doc Guide et recettes pour manger GAPS par Denise Kruger Fantoli Mobipocket Guide et recettes pour manger GAPS par Denise Kruger Fantoli Epub

3LR40AJYGO73LR40AJYGO73LR40AJYGO7