



**Mes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

# Mes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur

*Anne Dufour, Catherine Dupin*

**Mes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur** Anne Dufour, Catherine Dupin

 [Télécharger Mes petites recettes magiques smoothies minceur et ...pdf](#)

 [Lire en ligne Mes petites recettes magiques smoothies minceur ...pdf](#)

**Téléchargez et lisez en ligne Mes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur Anne Dufour, Catherine Dupin**

---

Format: Ebook Kindle

Présentation de l'éditeur

Quoi de plus simple pour se détoxifier et se faire plaisir qu'un smoothie minceur ou un jus détox ? Il suffit d'y réunir les bons ingrédients : 5 fruits et légumes par jour, c'est facile ! À l'apéritif, pour se désaltérer, à la place d'un repas, en guise d'encas, ou pour se régaler à n'importe quel moment de la journée. Des jus et smoothies riches en goûts et réalisés en deux temps, trois mouvements pour tous les jours. Dans ce livre : 50 ingrédients détox et minceur dans le blender : de Abricot à Yaourt, en passant par les fruits, les légumes, les herbes aromatiques, laits, thé... Tous les conseils pratiques : le matériel du parfait barman, les règles pour ne jamais rater un mix, les ingrédients frais ou surgelés... 110 recettes de boissons prétox, détox et minceur : tutti frutti, tutti légumi, boissons magiques, chauds ou glacés, thé addicts, « spéciaux » (en plus d'être détox, ils sont aphrodisiaques, antistress, antioxydants...) : il y en a pour tous les goûts et toutes les occasions.

Présentation de l'éditeur

Quoi de plus simple pour se détoxifier et se faire plaisir qu'un smoothie minceur ou un jus détox ? Il suffit d'y réunir les bons ingrédients : 5 fruits et légumes par jour, c'est facile ! À l'apéritif, pour se désaltérer, à la place d'un repas, en guise d'encas, ou pour se régaler à n'importe quel moment de la journée. Des jus et smoothies riches en goûts et réalisés en deux temps, trois mouvements pour tous les jours. Dans ce livre : 50 ingrédients détox et minceur dans le blender : de Abricot à Yaourt, en passant par les fruits, les légumes, les herbes aromatiques, laits, thé... Tous les conseils pratiques : le matériel du parfait barman, les règles pour ne jamais rater un mix, les ingrédients frais ou surgelés... 110 recettes de boissons prétox, détox et minceur : tutti frutti, tutti légumi, boissons magiques, chauds ou glacés, thé addicts, « spéciaux » (en plus d'être détox, ils sont aphrodisiaques, antistress, antioxydants...) : il y en a pour tous les goûts et toutes les occasions.

Biographie de l'auteur

Anne Dufour, journaliste Indépendante, est passionnée par la forme et la santé. Elle est l'auteur de nombreux ouvrages dont Ma bible santé nature, Le meilleur régime du monde : Dash. Catherine Dupin a déjà écrit ou coécrit de nombreux livres. Ensemble, elles ont publié Ma bible détox, Eaux infusées et petits bouillons magiques, Mes petites recettes magiques détox. La détox, c'est malin, Mon week-end détox, Elles sont toutes les deux diplômées de la Cooking Academy de l'Atelier des sens.

Download and Read Online Mes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur Anne Dufour, Catherine Dupin

#K95OM1IX6Q2

Lire Mes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur par Anne Dufour, Catherine Dupin pour ebook en ligneMes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur par Anne Dufour, Catherine Dupin 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 Mes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur par Anne Dufour, Catherine Dupin à lire en ligne.Online Mes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur par Anne Dufour, Catherine Dupin ebook Téléchargement PDFMes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur par Anne Dufour, Catherine Dupin DocMes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur par Anne Dufour, Catherine Dupin MobipocketMes petites recettes magiques smoothies minceur et jus détox: 100 boissons magiques : ventre plat, digestion, anti-fatigue... 100% minceur par Anne Dufour, Catherine Dupin EPub

**K95OM1IX6Q2K95OM1IX6Q2K95OM1IX6Q2**