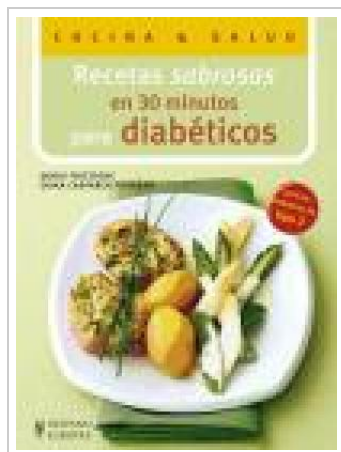




DOWNLOAD



Recetas sabrosas en 30 minutos para diabéticos

By Fritzsche, Doris; Casparek-Türkkan, Erika

Editorial Hispano Europea S.A., 2012. soft. Book Condition: New. ¿Te has desconcertado porque te acaban de diagnosticar diabetes mellitus? Este nuevo desafío parece de gran envergadura y otorga una importancia bastante notable al tema de la comida diaria. Pero adaptar tu alimentación es más fácil de lo que piensas. Si tienes un conocimiento preciso de lo que debes hacer en función de tus propias necesidades nutricionales, podrás mantener activo tu plan dietético y tendrás bajo control el nivel de azúcar en sangre. Las recetas son perfectas para la cocina de todos los días y no se tarda más de 30 minutos en pasar a la mesa. Para los que se inician en la nueva alimentación existe un detallado plan semanal. El mero hecho de comer saludable ya es, en sí, un placer. Finalmente volver a disfrutar ? Recetas para cada día ? Más de 90 recetas muy variadas. Con ellas resulta fácil comer todos los días de forma equilibrada. ? Con una perfecta explicación de los conceptos de fondo. Un vistazo a monosacáridos y disacáridos, índice glicémico (IG), carga glicémica (CG), unidad alimentaria y unidad de carbohidratos. ? Sugerencias y consejos prácticos. Respuestas a las preguntas realmente importantes acerca de...



READ ONLINE

[9.34 MB]

Reviews

An incredibly wonderful book with perfect and lucid explanations. It normally is not going to price a lot of. I am just very happy to tell you that this is the greatest pdf we have go through within my personal lifestyle and could be he finest book for at any time.

-- **Bart Lowe**

This is basically the greatest pdf i actually have go through till now. It is definitely simplistic but surprises within the fifty percent in the ebook. I am easily will get a delight of studying a published ebook.

-- **Hyman O'Conner III**