



Tudo o que
**VOCÊ DEVE
COMER**

E O QUE
EVITAR



 **LOW
CARB**
A DIETA CETOGENICA

125 
RECEITAS



**INCLUI
CARDÁPIOS
COMPLETOS
PARA CADA
OBJETIVO**



LEANNE VOGEL

 **FARO
EDITORIAL**



Resumo de Low Carb - A dieta cetogênica: 125 receitas

Transforme seu organismo em uma máquina de queimar calorias com as receitas low carb deste livro. Com as refeições desenvolvidas pela especialista em dieta cetogênica, Leanne Vogel, você conseguirá fazer uma reeducação alimentar sem deixar de comer o que gosta, reduzir medidas com mais saúde e sem perder o prazer à mesa.

A chave de tudo é: comer mais gorduras! Todos nascemos com um instinto para consumir alimentos gordurosos e ricos em nutrientes, mas alguma coisa se perdeu pelo caminho e a dieta cetogênica foi desenvolvida para recolocar o organismo em seu curso natural.

E se você já começou a trilhar o caminho, cortando carboidratos, mas ainda não alcançou os melhores resultados? Neste livro, você encontrará as estratégias necessárias. Você verá como é simples e rápido perder peso e ter muito mais disposição!

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)