

Hilton Claudino

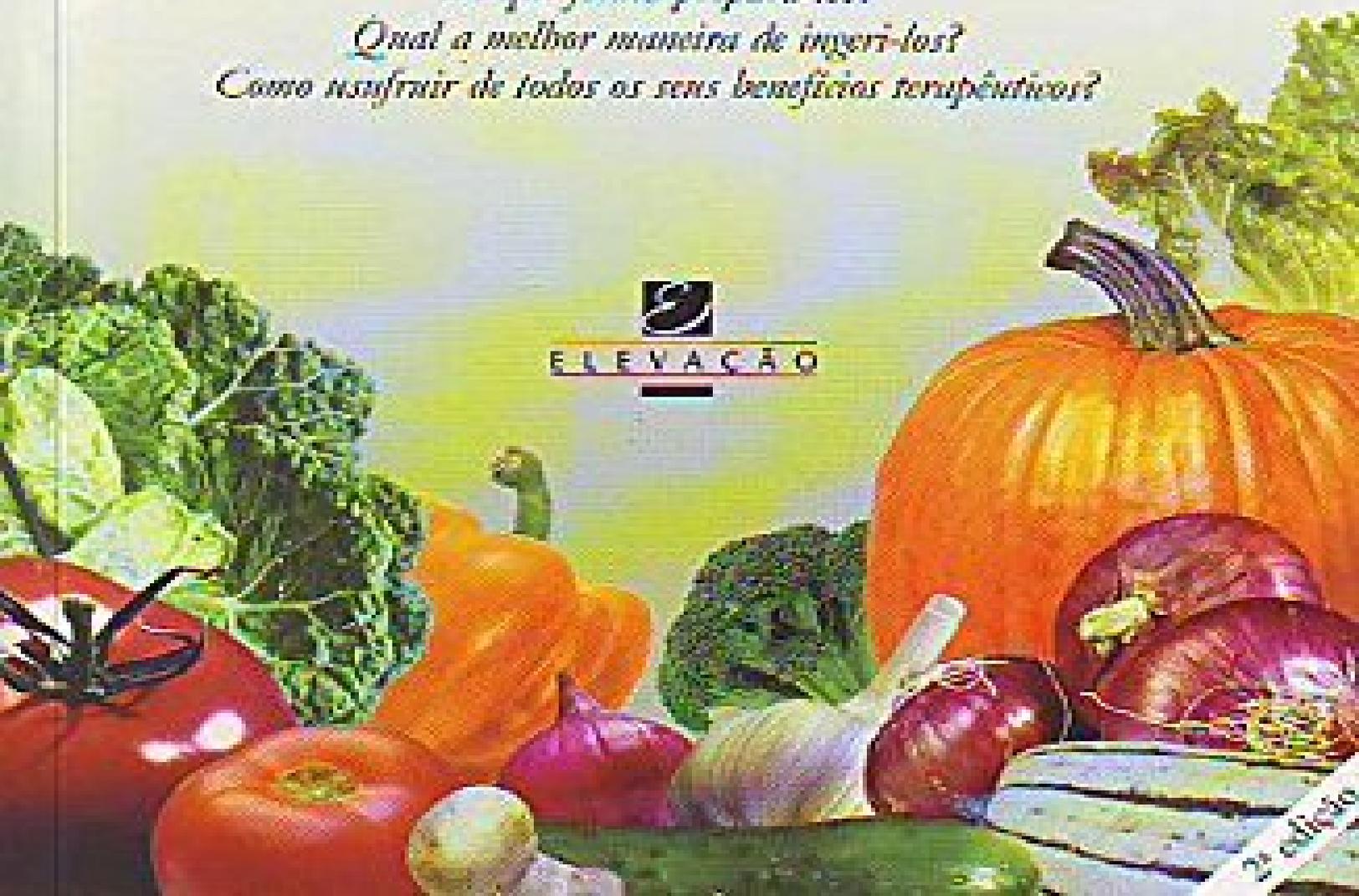
Os Vegetais

Alimentos que promovem qualidade de vida

*De que forma prepará-los?
Qual a melhor maneira de ingeri-los?
Como usufruir de todos os seus benefícios terapêuticos?*



ELEVACÃO



22 edições

Resumo de Os Vegetais. Alimentos que Promovem Qualidade de Vida

Nesta obra você conhecerá os benefícios dos alimentos assim como prepará-los corretamente para que os seus nutrientes sejam preservados. O autor apresenta também as principais indicações quanto aos problemas de saúde que poderão ser amenizados ou até solucionados com a reeducação alimentar.

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