RODOLFO PERES E FLÁVIA ZONARO

SANTA PROTEÍNA

RECEITAS NUTRITIVAS QUE PODEM MUDAR SUA VIDA

Phorte editora

Resumo de Santa Proteína. Receitas Nutritivas que Podem Mudar Sua Vida

Começar uma dieta é algo que a maioria das pessoas já fez. Difícil é permanecer nela e manter os resultados ao longo do tempo. Este livro conta a história da empresária Flávia Zonaro, que conseguiu eliminar 60 kg de gordura corporal mudando o seu estilo de vida.

Na busca por uma melhor qualidade de vida, foi preciso ajuda profissional, determinação e muita criatividade. Nesta obra, você vai conhecer os “milagres” que mudaram a vida de Flávia e as receitas que ela criou para deixar sua dieta mais saborosa e divertida.

Uma inspiração não apenas para quem está acima do peso, mas para todos os que buscam uma vida mais saudável.

Acesse aqui a versão completa deste livro