



Eliq, Maranik

La sueca Eliq Maranik trabajó en el ámbito de la gastronomía antes de establecerse por cuenta propia como directora artística editorial, y luego se especializó en publicaciones culinarias de alta calidad. Después de su primer libro, *Cócteles*, que tras su publicación encabezó las listas de los libros más vendidos en Suecia y ganó el Gourmand Cookbook Award como el mejor libro de cócteles producido en el país, ha escrito otras obras sobre temas culinarios que han suscitado un gran interés internacional.

riverside
agency

Batidos para una buena digestión

Autor: Eliq, Maranik

Ullmann

ISBN: 978-3-8480-1131-5 / Rústica / 144pp | 170 x 240 cm

Precio: \$ 41.500,00

Los alimentos probióticos estimulan nuestro sistema inmunológico y contribuyen en gran medida a desintoxicar nuestro intestino. Además, recientes estudios médicos han probado que la flora intestinal ejerce un efecto importante en la salud y el bienestar generales. El interés sobre la influencia de los productos probióticos en el proceso digestivo y en nuestro bienestar se ha extendido a un amplio público gracias a publicaciones científicas divulgativas como "La digestión es la cuestión" de Giulia Enders. Muchos alimentos que pueden emplearse en los batidos son probióticos, por ejemplo el miso, el yogur o la leche fermentada, por mencionar solo algunos de ellos. Batidos muy saludables con bacterias probióticas y superalimentos que contribuirán a aumentar su flora intestinal. La última tendencia en alimentación saludable.

Los alimentos probióticos estimulan nuestro sistema inmunológico y contribuyen en gran medida a desintoxicar nuestro intestino. Además, recientes estudios médicos han probado que la flora intestinal ejerce un efecto importante en la salud y el bienestar generales. Batidos muy saludables con bacterias probióticas y superalimentos que contribuirán a aumentar su flora intestinal. La última tendencia en alimentación saludable.