

Postres Saludables para Disfrutar sin Culpa: Postres Paleo sin  
Gluten, Azúcar ni Lactosa

# Postres Saludables

## para Disfrutar Sin Culpa

Postres Paleo sin gluten  
azúcar ni lactosa



**Barbara Aguilar**

Fecha de publicación: 27 marzo, 2016

Autor: Barbara Aguilar

Longitud de impresión: 167

Idioma: Español

PDF

Es posible disfrutar postres sanos y deliciosos.

Si te después de una comida sientes ganas de comer algo dulce y te lo niegas para no engordar, o si tus hijos a media tarde te reclaman un bocadillo dulce que sea algo más que frutas y a ti se te acabaron las ideas, debes leer este libro.

Cuidar de tu salud y disfrutar de un buen postre al mismo tiempo se puede. Por ello es que hemos creado este libro de recetas de deliciosos postres libres de gluten, lactosa, azúcar y de bajos carbohidratos.

Postres saludables para comer sin culpa es ideal para hombres y mujeres que se encuentran

haciendo dieta o que buscan una dieta baja en carbohidatos, Madres que desean alimentar Saludablemente a sus Hijos, personas en general que buscan Cuidar su Salud y Sentirse Bien Barbara Aguilar es una Experta en Nutrición que junto a Maru Castilla, Chef Experta de Reconocida Trayectoria se han unido para traerles este Best Seller que combina Ingredientes Saludables para crear Increíbles y Deliciosos resultados.

Helado para ver una película, Galletitas oreo para la merienda de los niños, Tiramisú para el postre... En este libro te enseñamos como hacer estos dulces y decenas de dulces más sin gluten, lactosa, azúcar, igual de exquisitos que los originales pero éstos son saludables. Solo imagina disfrutar unos brownies con helado totalmente orgánicos, o una mesa dulce para tus hijos con muffins, lemon pies, galletas con chips de chocolate a la que tu sabes que todo es saludable, sin azúcar ni gluten ni lactosa

Postres saludables para comer sin culpa es un libro para mejorar su vida. No puedes esperar vivir una vida saludable sin una dieta equilibrada. Con este libro estarás continuamente comiendo delicias e indulgencias y al mismo tiempo contribuyendo a tu salud.

Las recetas incluyen helado, cupcakes, brownies, pasteles, tartas, galletas! No sigas ingiriendo calorías y dañando tu salud. O peor aún, deja ya de privarte de los postres para mantenerte en forma o por tu situación con las alergias. Si, es un libro necesario y también un regalo perfecto para quien amas.

<http://yep.pm/k2jv0LSi5/JxxDShAiw.pdf.rar>