bebidas que curam

sucos chás sopas e refrescos

anne mcintyre

Manole

Resumo de Bebidas que Curam. Sucos, Chás, Sopas e Refrescos

Bebidas que Curam oferece uma coleção internacional de bebidas escolhidas por seu sabor e por sua capacidade de manter as pessoas saudáveis. Há receitas para ficar mais elegante, para se sentir bem, para levantar o ânimo ou acalmar o espírito e também para curar um grande número de males e doenças.

A autora utiliza a sabedoria tradicional com técnicas modernas e pesquisas científicas, descrevendo os benefícios medicinais de todos os ingredientes utilizados, que vão da amêndoa à maça, da cevada à beterraba, do alho ao gengibre até a aveia e a cebola.

O livro proporciona àqueles que seguem suas receitas a união entre uma alimentação saudável e o saborear de uma boa comida. Inclui também bebidas para dietas especiais. A autora, Anne McIntyre, é experiente médica fitoterapeuta, consultora na área de plantas medicinais e escritora.

Consultora na área de fitoterapia, a autora tem concedido entrevistas em revistas, jornais, rádios e televisão.

Acesse aqui a versão completa deste livro