

Bruna Ferreira Antunes
Daniella Ferreira Barreiros
Maria Auxiliadora Santa Cruz Coelho
Sara Bella Fuks
Patrícia Fonseca dos Reis

SUCORTerapia

pigmentos + cores + ingredientes
dos sucos para sua saúde



 Atheneu

Resumo de Sucoterapia. Pigmentos + Cores + Ingredientes dos Sucos Para Sua Saúde

Sucoterapia , pigmentos + cores + ingredientes dos sucos para a sua saúde foi elaborado por nutricionistas comprometidas com a saúde da população e determinadas a incentivar a alimentação saudável por meio de receitas de sucos nutritivos e de simples elaboração.

Este livro é pioneiro em Nutrição, na medida em que associa os nutrientes encontrados nas frutas, legumes e vegetais as suas cores, pigmentos que os formam. É um livro contemporâneo que traduz uma geração cada vez mais preocupada com seus hábitos alimentares e com o seu bem-estar de uma maneira geral.

Este livro tem como objetivo incentivar o consumo cada vez maior de alimentos naturais com alto valor nutricional. É também feito um alerta, contrapondo tais alimentos saudáveis com a pobreza nutricional dos sucos industrializados, que são repletos de química dos conservantes, acidulantes e de outros produtos que não integram os vegetais, legumes e frutos in natura.

Sucoterapia, pigmentos + cores + ingredientes dos sucos para sua saúde apresenta 140 receitas de sucos repletos de cores e sabores e, em muitas delas, há o aproveitamento integral dos alimentos.

Vale a pena experimentar.

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