

MAIS DE 500 MIL LIVROS VENDIDOS

*Fern Green*

66 RECEITAS E UM PROGRAMA DETOX DE 7 DIAS

# SUCOS VERDES

• O LIVRO DEFINITIVO •

SUCOS, VITAMINAS E  
SMOOTHIES DELICIOSOS



SEXTANTE

# Resumo de Sucos Verdes. O Livro Definitivo

Mais de 500 mil livros vendidos em todo o mundo. “Quando o assunto são sucos verdes, nada melhor do que este livro de Fern Green.” – Marie Claire italiana Aprenda a fazer sucos, smoothies e leites vegetais saborosos e fáceis de preparar.

São 66 receitas deliciosas que combinam frutas e verduras cruas, repletas de vitaminas, fibras e minerais essenciais. Todas elas são explicadas passo a passo e ricamente ilustradas. Oferecem uma maneira simples e prática de ingerir sua “quota diária” de vegetais.

Pouco calóricas, ajudam a emagrecer e podem substituir refeições. Limpam e desintoxicam o organismo, restabelecendo seu equilíbrio para evitar doenças e curar problemas de saúde. Estimulam as pessoas que não gostam de verduras a consumi-las, misturando-as com suas frutas preferidas.

Contribuem para purificar o sangue e estimular o metabolismo. Extra: Um programa detox de uma semana. “Não hesite em preparar as belas e criativas receitas desta bíblia verde.” – revista Paulette “Com as ótimas receitas deste livro, finalmente posso dizer que vitaminas e sucos verdes são bons, bonitos e gostosos.” – Fiamma Sanò, blog do Corriere della Sera

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