



EDITORIAL
DIENTE DE LEÓN

¡Sana tu intestino!

Hilary Boynton
y Mary G. Brackett

Recetario de la dieta GAPS



Colección: Nutrición

Traductora
Ofelia Avella

Páginas: 340

Formato: 17 x 24 cm

Encuadernación
Rústica con solapas

IBIC: WBHS

ISBN: 978-84-946224-1-0

PVP: 28,90 €



9 788494 622410



Claves del contenido

- El único recetario que existe para guiarnos en la puesta en marcha de la dieta GAPS.
- La dieta GAPS (Gut and Psychology Syndrome, por sus siglas en inglés) está diseñada para restablecer el equilibrio de nuestra flora intestinal a través de la eliminación de cereales, alimentos procesados y azúcares refinados e introduciendo alimentos de mucha carga nutricional.
- Más de 200 recetas nutritivas y deliciosas, muy bien explicadas y hermosamente ilustradas, diseñadas para restaurar nuestra salud intestinal y muy en especial la de nuestros hijos.
- Aquí aprenderás técnicas e ingredientes propios de la dieta como la elaboración de caldos, fermentos de verduras, el uso de coco y postres saludables, entre muchos otros.

Argumentos de venta

- Un recetario esencial si sigues la dieta GAPS, o si quieres mejorar tu salud digestiva.
- Recetas deliciosas y muy nutritivas para toda la familia, y en especial para niños.

Promoción y comunicación

- Nota de prensa a los principales medios tanto físicos como virtuales.
- Showcooking en Madrid con una nutricionista GAPS.



Las autoras

Hilary Boynton estudió Psicología en la Universidad de Virginia y Nutrición en el Instituto de Nutrición Integrada. Es cocinera, coach y educadora. Vive en Marina Del Ray, California.

Mary G. Brackett es una apasionada de la nutrición y estudió fotografía en el Massachusetts College of Art and Design en Boston. Vive en Watertown, Massachusetts.

