



**Grüne Smoothies: Der Bestseller von der  
Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte  
Neuaufgabe**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage

*Victoria Boutenko*

**Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage**  
Victoria Boutenko

 [Download Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderi ...pdf](#)

 [Online lesen Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinde ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage Victoria Boutenko**

---

200 Seiten

### **Kurzbeschreibung**

Dieses Buch zeigt Ihnen einen Weg, wie Ihr Traum wahr werden kann, ohne dass Sie Ihre Ernährung und Ihre Lebensweise komplett umstellen müssen. Der Schlüssel dazu sind die grünen Smoothies, die alles enthalten, was Körper und Geist vital und jung hält. Grüne Smoothies schmecken köstlich und sind schnell zubereitet. Sie bestehen aus grünem Blattgemüse, (Wild-)Kräutern und Früchten, die im Mixer zu einer wohlschmeckenden Mini-Rohkost-Mahlzeit werden; bringen die grüne Natur auf den Speiseplan. Das Grün der Pflanzen hat die höchste Vitalstoffdichte aller Lebensmittel; bieten immer neue Geschmackserlebnisse und fördern eine Ernährungsweise im Einklang mit den Jahreszeiten; eignen sich ausgezeichnet als leckere und erfrischende Snacks für zwischendurch. Sie sind eine echte Alternative zu ungesunden Muntermachern; helfen beim Abnehmen und unterstützen die innere Ausgeglichenheit und die geistige Klarheit ... sie verleihen der Seele Flügel. In dieser aktualisierten Neuauflage des Weltbestsellers stellt Victoria 10 erprobte Rezepte aus ihrer Grüne-Smoothie-Apotheke vor, die unsere Selbstheilungskräfte stärken und so bestimmten Erkrankungen vorbeugen sowie kleinere Unpässlichkeiten kurieren helfen. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Victoria Boutenko stammt aus Russland und lebt mit ihrer Familie seit Ende der 80er-Jahre in den USA. Sie ist eine weltweit bekannte Rohkostvertreterin und Gesundheitsaktivistin und gilt als Entdeckerin der grünen Smoothies. Mithilfe von Rohkost und grünen Smoothies ist es ihr gelungen, sich selbst und ihre Familie von schweren chronischen Krankheiten zu heilen. Victoria und ihre Familie halten Vorträge und Seminare in den USA und in Europa

Download and Read Online Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage Victoria Boutenko #FPA0EBDS6J2

Lesen Sie Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage von Victoria Boutenko für online ebook Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage von Victoria Boutenko Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage von Victoria Boutenko Bücher online zu lesen. Online Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage von Victoria Boutenko ebook PDF herunterladen Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage von Victoria Boutenko Doc Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage von Victoria Boutenko Mobipocket Grüne Smoothies: Der Bestseller von der Erfinderin der Grünen Smoothis - Aktualisierte Neuauflage von Victoria Boutenko EPub