



## Le guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur

 Télécharger

 Lire En Ligne

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

# **Le guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur**

*Sophie Lacoste*

**Le guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur** Sophie Lacoste



[Télécharger Le guide du thé vert : Plante de la santé et de ...pdf](#)



[Lire en ligne Le guide du thé vert : Plante de la santé et d ...pdf](#)

## **Téléchargez et lisez en ligne Le guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur Sophie Lacoste**

---

208 pages

Présentation de l'éditeur

Le thé vert aide non seulement à perdre du poids, mais vous aide à lutter contre des dizaines de maladies : de l'asthme au zona en passant par le cancer ou les maladies cardio-vasculaires. En interne, mais aussi en externe, le thé vert peut vraiment améliorer votre qualité de vie. Au début, on est un peu surpris par la saveur. Mais quand on essaye un grand thé vert du Japon ou de Chine, on est d'emblée convaincu. Et plus rien ne nous fait revenir en arrière. Le thé vert est adopté et remplace vite le café et tous les autres thés. Avec ce guide, vous choisirez de déguster des grands thés verts ou, peut-être, si vous en buvez régulièrement, vous allez en découvrir de nouveaux. Vous allez boire différents thés selon l'heure de la journée et cuisiner de savoureuses recettes au thé. Vite, pas un instant à perdre faites infuser un Gyokuro japonais ou un Huo Qiang chinois ! Vous découvrirez des saveurs délicates et, surtout, vous ferez du bien à votre corps. Plus de 140 thés sélectionnés, des dizaines de recettes, des dizaines de bonnes adresses... Biographie de l'auteur Rédactrice en chef de Belle-Santé, Sophie Lacoste tient aussi, depuis 12 ans, la rubrique santé de TV Magazine. Spécialiste des remèdes naturels et notamment des plantes médicinales, elle s'intéresse à toutes les solutions qui peuvent soulager les maux de ses lectrices et lecteurs. Elle a publié de nombreux ouvrages dont "Trucs et astuces de santé" (Marabout), "Trucs et astuces de beauté" (Marabout), "D'ici et d'ailleurs, les plantes qui guérissent" (Editions Repères-Santé), et "D'ici et d'ailleurs, les aliments qui guérissent" (Editions Repères-Santé).

Download and Read Online Le guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur Sophie Lacoste #5I4J7LTOEH2

Lire Le guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur par Sophie Lacoste pour ebook en ligneLe guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur par Sophie Lacoste Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Le guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur par Sophie Lacoste à lire en ligne.Online Le guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur par Sophie Lacoste ebook Téléchargement PDFLe guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur par Sophie Lacoste DocLe guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur par Sophie Lacoste MobiPocketLe guide du thé vert : Plante de la santé et de la minceur par Sophie Lacoste EPub

**SI4J7LTOEH25I4J7LTOEH25I4J7LTOEH2**