

image not found or type unknown



Plantas adaptógenas

Caroline Hwang

Fecha de publicación:

09/01/2020

Sopas, bebidas e infusiones para sentirte mejor.

Sello Editorial:

Lunweg Editores

Las plantas adaptógenas, como el **ginseng, la maca, el regaliz y el reishi**, actúan en armonía con el organismo y contribuyen a la autorregulación del sistema nervioso. Este libro nos enseña a aprovechar al máximo todas las virtudes de dichas plantas e incluye **recetas tan sencillas como deliciosas** de bebidas y sopas para combatir el cansancio, dinamizar el sistema inmunitario y el sistema digestivo y reducir el estrés.

Contacto de prensa

Nombre: Lola

Escudero

Teléfono: 91 423 37 11

Email:

lescudero@planeta.es

Caroline Hwang