



Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition)

By José T. Gállego

Download now

Read Online ➔

Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego

Todos los beneficios de una microalga medicinal

La espirulina es un alga verdeazulada que crece en aguas ricas en sales minerales. Sus propiedades nutritivas son asombrosas. Es el alimento con mayor contenido en proteínas, por encima de la carne o la soja. Además es excepcionalmente rica en betacaroteno, vitamina B12 y el resto de vitaminas del grupo B, hierro, ácido gamma linolénico y minerales esenciales.

Su gran riqueza nutricional la convierte en un alimento-medicina, ya que ayuda a restituir estados carenciales, como falta de hierro, y funciona como complemento en dietas de adelgazamiento o como suplemento fortalecedor para personas mayores y niños en edad de crecimiento. Además, estimula el sistema inmunitario y protege contra el envejecimiento. El autor nos descubre la gran variedad de asombrosas propiedades de esta alga y nos explica además cómo cultivarla en casa de manera muy sencilla, junto con algunas ideas para incorporarla a nuestra dieta.

José T. Gállego, (Madrid, 1973)

Periodista y agricultor ecológico especializado en plantas medicinales. Ha publicado cientos de artículos sobre cultivo ecológico, y es autor de *El huerto ecológico en macetas* y *Cómo cura la espirulina*. Con el cambio de siglo, cansado de la ciudad, se trasladó al campo con su familia en busca de una vida sencilla en contacto con la naturaleza. Practica la agricultura ecológica y biodinámica, vive rodeado de animales y produce casi todos los alimentos que consume.

↓ [Download](#) Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) ...pdf

📖 [Read Online](#) Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) ...pdf

Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition)

By José T. Gállego

Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego

Todos los beneficios de una microalga medicinal

La espirulina es un alga verdeazulada que crece en aguas ricas en sales minerales. Sus propiedades nutritivas son asombrosas. Es el alimento con mayor contenido en proteínas, por encima de la carne o la soja. Además es excepcionalmente rica en betacaroteno, vitamina B12 y el resto de vitaminas del grupo B, hierro, ácido gamma linolénico y minerales esenciales.

Su gran riqueza nutricional la convierte en un alimento-medicina, ya que ayuda a restituir estados carenciales, como falta de hierro, y funciona como complemento en dietas de adelgazamiento o como suplemento fortalecedor para personas mayores y niños en edad de crecimiento. Además, estimula el sistema inmunitario y protege contra el envejecimiento. El autor nos descubre la gran variedad de asombrosas propiedades de esta alga y nos explica además cómo cultivarla en casa de manera muy sencilla, junto con algunas ideas para incorporarla a nuestra dieta.

José T. Gállego, (Madrid, 1973)

Periodista y agricultor ecológico especializado en plantas medicinales. Ha publicado cientos de artículos sobre cultivo ecológico, y es autor de *El huerto ecológico en macetas* y *Cómo cura la espirulina*. Con el cambio de siglo, cansado de la ciudad, se trasladó al campo con su familia en busca de una vida sencilla en contacto con la naturaleza. Practica la agricultura ecológica y biodinámica, vive rodeado de animales y produce casi todos los alimentos que consume.

Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego
Bibliography

- Rank: #1594134 in eBooks
- Published on: 2012-05-03
- Released on: 2015-11-01
- Format: Kindle eBook

 [Download](#) Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Span ...pdf

 [Read Online](#) Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Sp ...pdf

Editorial Review

Users Review

From reader reviews:

Carroll Torres:

The book Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) give you a sense of feeling enjoy for your spare time. You can use to make your capable much more increase. Book can to get your best friend when you getting tension or having big problem together with your subject. If you can make reading a book Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) to become your habit, you can get much more advantages, like add your personal capable, increase your knowledge about a number of or all subjects. You may know everything if you like open and read a publication Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition). Kinds of book are a lot of. It means that, science e-book or encyclopedia or other folks. So , how do you think about this book?

Amy Rodriguez:

Reading can called thoughts hangout, why? Because when you are reading a book particularly book entitled Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) your thoughts will drift away trough every dimension, wandering in every aspect that maybe unidentified for but surely will end up your mind friends. Imaging every word written in a book then become one contact form conclusion and explanation which maybe you never get before. The Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) giving you an additional experience more than blown away your mind but also giving you useful details for your better life within this era. So now let us demonstrate the relaxing pattern this is your body and mind is going to be pleased when you are finished studying it, like winning a casino game. Do you want to try this extraordinary shelling out spare time activity?

Aaron Tolleson:

Are you kind of active person, only have 10 or perhaps 15 minute in your moment to upgrading your mind expertise or thinking skill also analytical thinking? Then you are receiving problem with the book than can satisfy your short time to read it because all this time you only find book that need more time to be learn. Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) can be your answer as it can be read by an individual who have those short time problems.

Daniel Hanson:

A lot of publication has printed but it takes a different approach. You can get it by world wide web on social media. You can choose the best book for you, science, witty, novel, or whatever by simply searching from it.

It is referred to as of book Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition). You can contribute your knowledge by it. Without departing the printed book, it may add your knowledge and make you actually happier to read. It is most essential that, you must aware about publication. It can bring you from one location to other place.

**Download and Read Online Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego
#YAOLNF8T3Q4**

Read Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego for online ebook

Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego books to read online.

Online Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego ebook PDF download

Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego Doc

Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego Mobipocket

Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego EPub

YAOLNF8T3Q4: Cómo cura la espirulina (MANUALES INTEGRAL) (Spanish Edition) By José T. Gállego