

Link do produktu: <https://ksiegowisko.pl/uczta-malego-alergika-p-41032.html>

Uczta małego alergika

Cena	29,49 zł
Dostępność	Dostępność - 3 dni
Czas wysyłki	5 dni
Numer katalogowy	7_30652837
Kod producenta	7_30652837
Kod EAN	9788381320498

Opis produktu

Alergie dotyczą coraz więcej dzieci, a z roku na rok liczba ta lawinowo wzrasta. Rodzice coraz częściej zmuszeni są do modyfikowania diety swoich maluchów ze względu na alergie lub pokarmowe nietolerancje. Nie jest to zadanie łatwe – wyeliminować część składników i zachować pyszny smak.

Katarzyna Błaziejewska-Stuhr obala mit, że posiłki dla alergików nie mogą być smaczne. Podaje zalecenia dietetyczne oraz podpowiada, w czym występują najpopularniejsze alergeny i jak je zastępować. W *Uczcie małego alergika* znajdziesz m.in. przepisy na typowe posiłki zmodyfikowane pod kątem alergików (lody bez użycia jajek oraz pizza czy makaron bez glutenu) i wegańskie zamienniki nabiału (ser żółty, ser biały, jogurt).

W książce *Uczta małego alergika* zawarte są m.in.:

- przepisy na pyszne śniadania, obiady i kolacje,
- informacje o tym, się jakie są przyczyny alergii i metody ich leczenia,
- praktyczne wytyczne jak rozpoznawać objawy alergii,
- informacje, na czym polega różnica między alergią a nietolerancją pokarmową.

Katarzyna Błaziejewska-Stuhr – dietetyk kliniczny, psychodietetyk. Wyznaje zasadę, że można jeść niemal wszystko, ważne są proporcje. W proponowanych dietach, jak również w edukacji pacjentów kładzie nacisk na produkty sezonowe, regionalne i – co ważne – naturalne. Autorka bestsellerowych książek, m.in. *Koktajle dla zdrowia i urody czyli jak zamieszać w swoim życiu*, *Koktajle dla zdrowia i urody czyli pysznie, świeżo, kolorowo* oraz *Koktajle dla zdrowia i urody, czyli zdrowo, smacznie, wyjątkowo* (Wydawnictwo Zwierciadło).

- Autor: Katarzyna Błaziejewska-Stuhr
- Data premiery: 2019-04-10
- Głębokość: 16.000000
- Liczba stron: 240
- Oprawa: Miękka ze skrzydełkami
- Rodzaj: Książki
- Rok wydania: 2019
- Szerokość: 165
- Wydanie: 1
- Wydawnictwo: Zwierciadło
- Wysokość: 220