

Link do produktu: <https://mirapolnext.pl/przepisnik-easylife-maliny-p-920.html>



PRZEPISNIK EASYLIFE MALINY

Cena	19,99 zł
Dostępność	X WYPRZEDANE
Czas wysyłki	Natychmiast
Numer katalogowy	001003
Producent	EASYLIFE

Opis produktu

Przepisnik, czyli gdzie i jak gromadzić przepisy kulinarne

Przepisnik to nic innego, jak zeszyt na przepisy, w którym specjalnie przygotowane strony pozwalają użytkownikowi na wygodne i czytelne zapisywanie składników potrzebnych do sporządzenia danej potrawy oraz sposobu jej przygotowania.

Przepisnik pochodzi z serii "Fit", okładka z soczystymi malinami.

Zeszyt z różnymi rubryczkami bardzo motywuje

Co zawiera w sobie taki przepisnik?

5 przekładek tematycznych

Pierwsza przekładka posiada kieszonkę na luźne przepisy i zapiski ściągę dotyczącą poprawnego odżywiania, zapotrzebowanie kaloryczne, tabelę ze wskaźnikiem BMI.

Później mamy zakładki dotyczące **gotowania** – mamy podział na śniadanie, dania główne, przekąski i końcowy dział "healthy plan"

W tych trzech działach znajdują się po 4 przepisy.

Są to m.in. placuszki malinowe (zakładka dot. pierwszego posiłku)

Kotlety z kalafiora(zakładka dot. obiadu)

Czekoladowy pudding z kaszy (zakładka dot. deserów)

Aktywność fizyczna (zakładka dot. ćwiczeń)

- 240 stron na własne przepisy
- zapotrzebowanie kaloryczne
- spalamy kalorie
- ćwiczymy brzuch, nogi i pośladki, ręce, plecy, klatkę piersiową
- przepisy z popularnych blogów kulinarnych
- arkusz z naklejkami

Wszystkie przepisniki są na spiralkach, co niesamowicie ułatwia użytkowanie.

W ofercie dostępnych 7 wzorów

-
- „Minnie” – dla młodych miłośniczek gotowania
 - „Podróżnik” – do zapisywania smaków przywiezionych z podróży
 - „Lubię jeść” – dla wszystkich, którzy lubią gotować, a przede wszystkim jeść
 - „Fit” – dla wszystkich, którzy chcą zmienić styl życia, nawyki żywieniowe i zadbać o swoją figurę

Miniporadniki: ciekawe treści niezbędne przy prawidłowym odżywianiu

W środku paseczki, kategorie, stonowane kolory i elegancja. Jest po prostu piękny! W środku znajdziemy jak zawsze kolorowe rubryczki, mnóstwo miejsca na nasze menu, zapiski czy planowanie treningu. Są także ćwiczenia przykładowe i naklejki motywacyjne.

Zmieniamy styl życia

Środek ma kategorie oznaczone kolorami i znaczkami, każda z kategorii ma grubszą kartkę z napisem jaki to jest dział.