

Vegetarianskie diety: Povsednevnyaya, supovaya, ochischayuschaya

Ladda ner boken PDF



Vegetarianskie diety: Povsednevnyaya, supovaya, ochischayuschaya boken PDF

Mnogie schitayut, chto slovo "vegetarianstvo" proishodit ot latinskogo "vegetalis" (rastitelnyj). Pa samom dele v osnove etogo termina lezhit latinskoe slovo "vegetus", kotoroe perevoditsya kak "krepkij", "bodryj", "polnyj sil", "deyatelnij". I, dejstvitelno, bolshinstvo lyudej, predpochitayuschih imenno takoj ratsion, stremyatsya vesti zdorovyj obraz zhizni. Nastoyaschaya vegetarianskaya dieta predpolagaet upotreblenie tolko rastitelnyh produktov. Istinnye vegetariantsy vozderzhivayutsya dazhe ot molochnyh produktov, rybu i yaits. Odnako lyudi, priderzhivayuschiesya stol strogh ograničenij v pische, chasche vsego prihodyat k takomu obrazu zhizni v svyazi s religioznymi ili eticheskimi vozzreniyami. V osnovnom zhe vegetariantsy yavlyayutsya fleksitarantsami, to est oni vremya ot vremeni ispolzuyut v svoem ratsione syr, moreprodukty, rybu, nezhirnoe myaso, jajtsa, moloko i t.d. Iz etoj knigi vy uznaete obo vseh osobennostyah vegetarianskogo pitaniya. This book was created using print-on-demand technology.



Download (Laste ned) pdf-boken, pdf boken, pdf E-böcker, epub, fb2

Alla böcker. 30 dagars gratis provperiod