

Škola živé stravy - Vitariánství jako Cesta



[Anna Hýžová](#)

Škola živé stravy - Vitariánství jako Cesta -
Anna Hýžová ke stažení PDF Vitariánství je
životní směr, ve kterém je stravování
založeno na konzumaci pouze tepelně
neupravovaných, syrových – živých potravin,
tj. zeleniny, ovoce, ořechů, semínek a bylin.
Kniha Škola živé stravy - Vitariánství jako
Cesta již není zaměřena pouze na přípravu
nevařené – živé stravy a recepty, jídlo je zde
pojímáno sp

