

SABER COMER

AS 64 REGRAS DE OURO

"Um manual que pode facilmente substituir
todos os livros de dieta que tem nas prateleiras"

TARA PARKER-POPE, *New York Times*

MICHAEL POLLAN



Baixar Saber Comer PDF Grátis - Michael Pollan



Baixar ou Ler Online Saber Comer Michael Pollan Livro Grátis (PDF ePub Mp3), Michael Pollan, professor na Universidade de Berkeley, é um dos jornalistas científicos mais premiados deste século. Ao longo de mais de 25 anos, andou a estudar os nossos hábitos alimentares e a publicar livros sobre o tema. Agora, em «Saber Comer», o autor sintetizou toda a ciência, todos os estudos, numa frase que se tornou célebre: «Coma comida. Coma pouco. Sobretudo vegetais.» São seis palavras apenas, que o autor explica e desdobra em 64 regras que nunca mais esqueceremos. Fáceis de ler, sem linguagem técnica, ajudam-nos a escolher a com.....

[Baixar Saber Comer PDF Grátis - Michael Pollan](#)

Download gratuito ↓