




Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes

Perla Kaliman, Miguel Aguilar

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes
Perla Kaliman, Miguel Aguilar

 [Telecharger Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et rec
...pdf](#)

 [Lire en Ligne Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et r
...pdf](#)

Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes

Perla Kaliman, Miguel Aguilar

Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes Perla Kaliman, Miguel Aguilar

Téléchargez et lisez en ligne Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes Perla Kaliman, Miguel Aguilar

167 pages

Présentation de l'éditeur

Un livre de recettes de cuisine totalement nouveau.

Ce livre conjugue pour la première fois les connaissances scientifiques les plus récentes sur les bons aliments qui nourrissent votre cerveau et des recettes savoureuses pour prendre soin de vos neurones tout au long de la vie.

« Ce livre est le fruit de l'association de deux personnes aux parcours très différents et complémentaires, Perla Kaliman, la scientifique, et Miguel Aguilar, le cuisinier, mais avec un objectif commun, améliorer notre capital neuronal grâce à l'un des plus grands plaisirs : la nourriture. »

Biographie de l'auteur

Perla Kaliman a obtenu un doctorat en biochimie à l'Université de Buenos Aires. Elle a mené des recherches dans les facultés de médecine des universités de Nice, de Barcelone et de San Diego en Californie. Elle est l'auteur de nombreux articles scientifiques originaux, publiés dans des revues internationales prestigieuses, de chapitres de livres scientifiques et d'articles de vulgarisation.

Elle est chercheuse associée au Center for Mind and Brain (Université de Californie-Davis), collaboratrice du Center for Healthy Minds (Université du Wisconsin-Madison) et professeur au master en nutrition et santé de l'Université ouverte de Catalogne (UOC). Son expérience en biologie moléculaire se combine à son intérêt pour la biomédecine préventive dans ses recherches sur l'impact cellulaire des activités du mode de vie (alimentation, exercice physique et réduction du stress).

Cuisinier et technicien supérieur en nutrition, il a exercé dans les grands hôtels de Bilbao, Burgos, Marbella, Saint-Sébastien et Barcelone. Cuisinier créatif, il a aussi travaillé pour des collectivités. Diplômé de l'École hôtelière supérieure d'Arxanda (Bilbao) et en diététique de l'Institut de formation professionnelle Roger de Llúria (Barcelone), boursier de la Fondation Alicia, il est conseiller en nutrition pour la cuisine professionnelle et professeur de cuisine biologique.

Download and Read Online Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes Perla Kaliman, Miguel Aguilar #C6U2OKET8RV

Lire Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes par Perla Kaliman, Miguel Aguilar pour ebook en ligneNourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes par Perla Kaliman, Miguel Aguilar Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes par Perla Kaliman, Miguel Aguilar à lire en ligne.Online Nourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes par Perla Kaliman, Miguel Aguilar ebook Téléchargement PDFNourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes par Perla Kaliman, Miguel Aguilar DocNourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes par Perla Kaliman, Miguel Aguilar MobipocketNourrissez votre cerveau: Neurosciences,aliments et recettes gourmandes par Perla Kaliman, Miguel Aguilar EPub

C6U2OKET8RVC6U2OKET8RVC6U2OKET8RV