

## Le régime crétois



Note : Pas noté

**Prix**  
au lieu de 15,00 CHF

15,00 CHF

[Poser une question sur ce produit](#)

### Description du produit

L'alimentation crétoise s'organise autour de plusieurs points comme une grande consommation de végétaux, une présence importante de céréales et de légumineuses, l'élimination de viandes rouges au profit des volailles et du poisson, l'élimination des produits laitiers de vache au profit de ceux de brebis et de chèvre, l'huile d'olive remplace le beurre et la crème, une grande part de la ration alimentaire quotidienne est consommée crue.

**Commentaires des clients**

Il n'y a pas encore de commentaire sur ce produit.