

Brugernes vurdering af artiklen

i

(Foto: Colourbox) **Se stort billede**

Så let bliver du mæt

# Ferie-slank uden at sulte: Smid 4 kilo med proteinkuren

TORBEN BAGGE | ESSEN SKRUMSAGER - Fredag den 3. juni 2011, 10:00

Du kan fortsætte med at spise dig mæt og tilfreds. Slippe for at gå i seng med en gnavnende sult. Og alligevel smide fire kilo i løbet af de næste fire uger før sommerferien.

Løsningen er en rask proteinkur, lyder rådet fra førende læger og slankeeksperter. Chefdiætist Lisa Bolting og tv-kok samt kogebogsforfatter Umahro Cadogan gode råd og forslag til en proteinkur, og du får masser af fifs og opskrifter fra slankerådgiver Anna Munkesø og læge Charlotte Bech.

## Købsmuligheder [Hjælp](#)

Køb pakke 15 kr

Køb abonnement og få fri adgang:

Køb PLUS md. 29 kr

Køb PLUS år 249 kr

Allerede PLUS medlem? Log ind

Hvad er PLUS? Læs mere

Artikler i denne pakke

**Ferie-slank uden at sulte: Smid 4 kilo med proteinkuren**