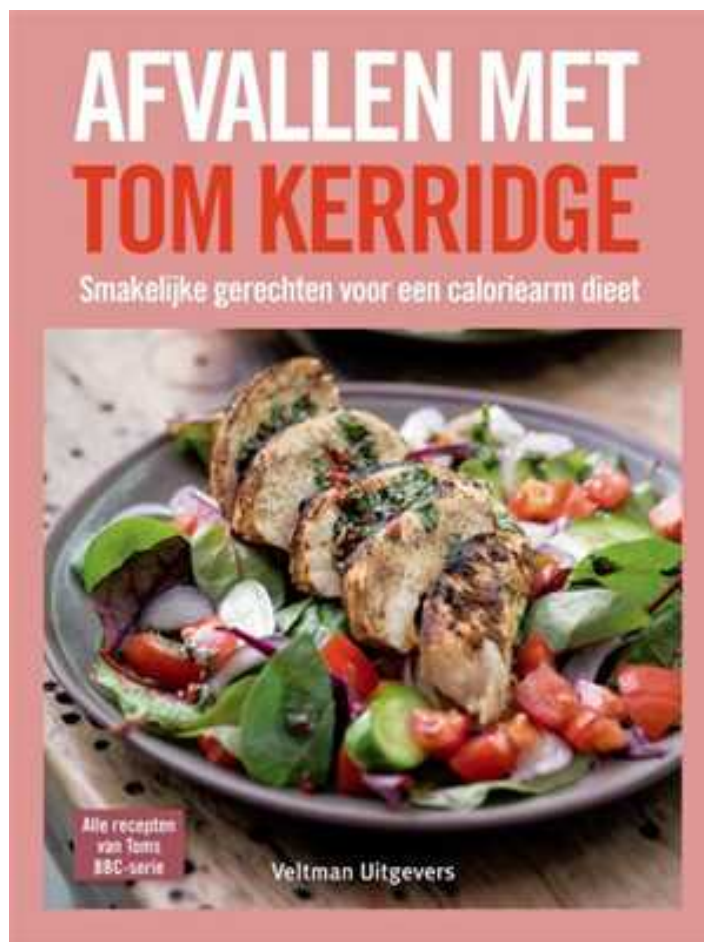


Afvallen met Tom Kerridge PDF

Tom Kerridge



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



DOWNLOAD PDF

Schrijver: Tom Kerridge
ISBN-10: 9789048316953
Taal: Nederlands
Bestands grootte: 1139 KB

OMSCHRIJVING

Het is onmogelijk een dieet vol te houden wanneer het eten dat je mag eten saai is en niet goed vult. Daarom ontwikkelde Tom Kerridge tientallen heerlijke, verzadigende recepten die geweldig zijn om te koken en te eten, én waarmee je gewicht kunt verliezen. Van rijkgevulde tomatensoep en Indiase viscurry, tot kip met erwtjes, champignons en selderie of worteltaart: al Toms gerechten zijn om te watertanden! Tom Kerridge is ervan overtuigd dat gezond, voedzaam en vullend eten dé manier is om gewicht te verliezen. Het werkte voor hem, en hij schreef dit boek om ook anderen te helpen op hun weg naar een gezond gewicht.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

SUBSCRIBE for more BBC highlights: <https://bit.ly/2IXqEIn> Programme website: <http://bbc.in/2CFQu>
Tom Kerridge visits dieter, Ozi, at home to talk about ...

TOM KERRIDGE'S Dopamine Diet saw the chef shed a whopping eleven stone. The diet plan focuses on foods that make us happy to help us keep the ... Meet the diet ...

British chef Tom Kerridge, 44, managed to shed a remarkable 12 stone over a three-year period, going from 30 stone to 18 stone. ... 20, he met online before ...

AFVALLEN MET TOM KERRIDGE

[Lees verder...](#)