

## De vegarevolutie PDF

Lisa Steltenpool



*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: Lisa Steltenpool  
ISBN-10: 9789035141124  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 4734 KB

## OMSCHRIJVING

Door voedselschandalen en overbevolking wordt de noodzaak om anders te gaan eten steeds belangrijker. Steeds meer mensen kiezen daarom voor een duurzamer alternatief: puur plantaardige voeding. Als alle Nederlanders één dag per week geen dierlijke producten eten, zijn in één klap alle Nederlandse klimaatdoelstellingen voor huishoudens gehaald. Maar hoe doe je dat, een dagje zonder vlees en zuivel, zonder in te leveren op smaak? Door de vega-uitdaging aan te gaan! De vegarevolutie is hét Nederlandse basiswerk over veganistisch eten. Naast meer dan vijftig plantaardige recepten biedt het boek onderbouwde informatie over gezondheid, dierenwelzijn, milieu en duurzaamheid. De vegarevolutie neemt je mee in de heerlijke wereld van het veganisme en bewijst dat eerlijk en duurzaam eten zowel gezond als lekker is. Het werd uitgeroepen tot Lekkerste Vegetarische Kookboek van 2014 en won een Vegan Award. Lisa Steltenpool (1992) is voedingsdeskundige en diëtist. Ze runt haar eigen diëtistenpraktijk en is gespecialiseerd in vegetarische en veganistische voeding. In 2016 verscheen haar nieuwe boek, KICKSTART. Veerle Vrindts (1987) is psychologe en Pablo Moleman (1988) is milieuwetenschapper. Samen richtten zij Stichting Viva Las Vega's op, om veganistisch eten leuk, lekker en makkelijk te maken voor iedereen. In dit prachtige boek toont Steltenpool aan dat vegetarisme niet vervelend of saai is, maar verrassend en vooral ook lekker. Paul Cliteur, filosoof. Heerlijk om steeds opnieuw geïnspireerd te worden door creatievelingen zoals Lisa Steltenpool. De vegarevolutie is een feestje. Suzanne Bosman, radio- en tv-presentator

## **WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

In De Vegarevolutie geven Viva las Vega's oprichters Veerle Vrindts, Pablo Moleman, samen met Lisa Steltenpool alle nodige informatie voor een vega leven.

De vegarevolutie begint - zoals elk goed boek - met een voorwoord. Eentje van Marianne Thieme nog wel! Voorzitter van de Partij Voor De Dieren in Nederland, en een ...

De vegarevolutie (hardcover). Door voedselschandalen en overbevolking wordt de noodzaak om anders te gaan eten steeds belangrijker. Steeds meer mensen kiezen daarom ...

**DE VEGAREVOLUTIE**

[Lees verder...](#)