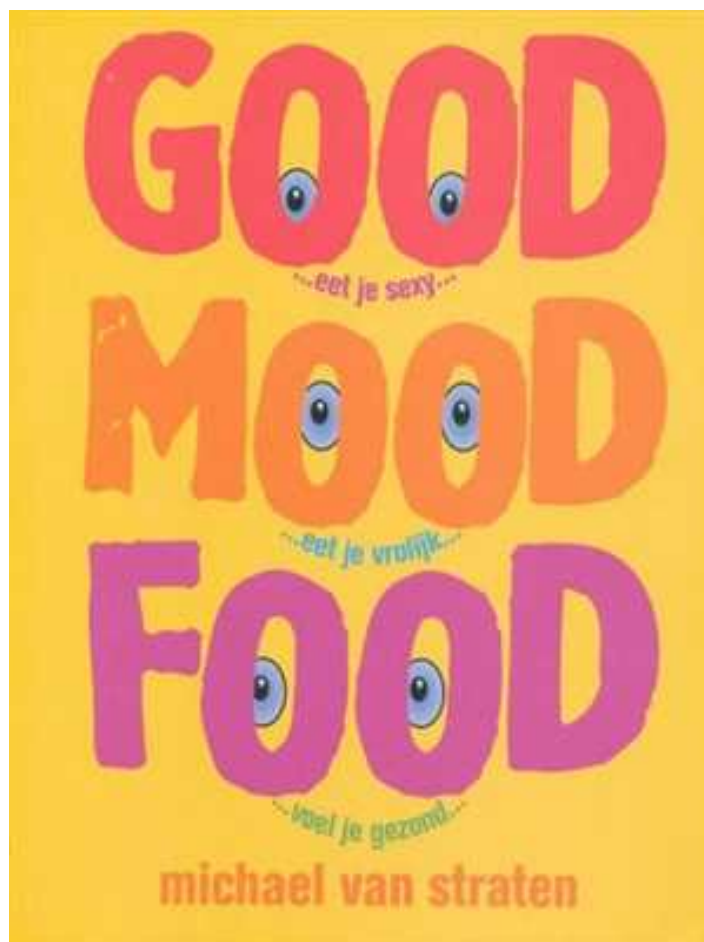


## GOOD MOOD FOOD PDF

M. Straten van



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



Schrijver: M. Straten van  
ISBN-10: 9789058601001  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 3034 KB

## OMSCHRIJVING

Het is een feit dat wat we eten enorm veel invloed heeft op hoe we ons voelen. We kennen allemaal het fantastische effect van een groot stuk chocolade...van Spaanse pepers krijgen we het direct warm...en de kalmerende eigenschappen van basilicum en honing zorgen ervoor dat we na een dag hard werken moeiteloos in slaap vallen.Het is niet alleen voedsel uit de natuur dat een verbazingwekkende uitwerking op onze gedachten en gevoelens heeft. Gezondheidssupplementen als sint-janskruid en echinacea geven ons een geweldige oppepper en dragen bij tot onze gezondheid en ons welzijn in het algemeen.Good Mood Food is het eerste boek met recepten die ontwikkeld zijn met het oog op de voedingsstoffen in ons voedsel; ze worden gemaakt met natuurlijke ingrediënten die ons humeur ten goede komen. De vooraanstaande gezondheidsdeskundige Michael van Straten heeft ook enkele revolutionaire diëten ontwikkeld en uitgebreide 'eet je gelukkig'-tabellen samengesteld, die laten zien welk effect bepaald voedsel heeft op lichaam en geest.Het leven is kort. Wees opgewekt, verjaag de sombere buien en geniet volop van elke dag!- 100 natuurlijke producten en ingrediënten die je energie geven en je lichaam tegen ziekten beschermen- 75 eenvoudige, heerlijke recepten speciaal ontwikkeld om je een natuurlijke oppepper te geven- Geschreven door de vooraanstaande deskundige op het gebied van natuurlijke gezondheid en schrijver van bestsellers over eten- Geneeskrachtige kruiden en specerijen die goed zijn voor lichaam en geest- Heerlijke diëten voor een beter humeur- Overzichtelijke 'eet je gelukkig'-tabellen die laten zien welk voedsel goed is voor welke stemming

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

17 okt. 2018- Welcome to the Good Mood Food Board - a place where you can discover and share awesome recipes. Find inspiration and inspire others to cook. Feel free ...

What you eat can drastically affect your mood. Here's the good mood food you should be eating to keep a healthy gut.

MOOD is een initiatief dat "all the good stuff" samenbrengt. Heerlijk eten en drinken, uniek shoppen, leren en vooral veel beleven. On- en offline.

**GOOD MOOD FOOD**

[Lees verder...](#)