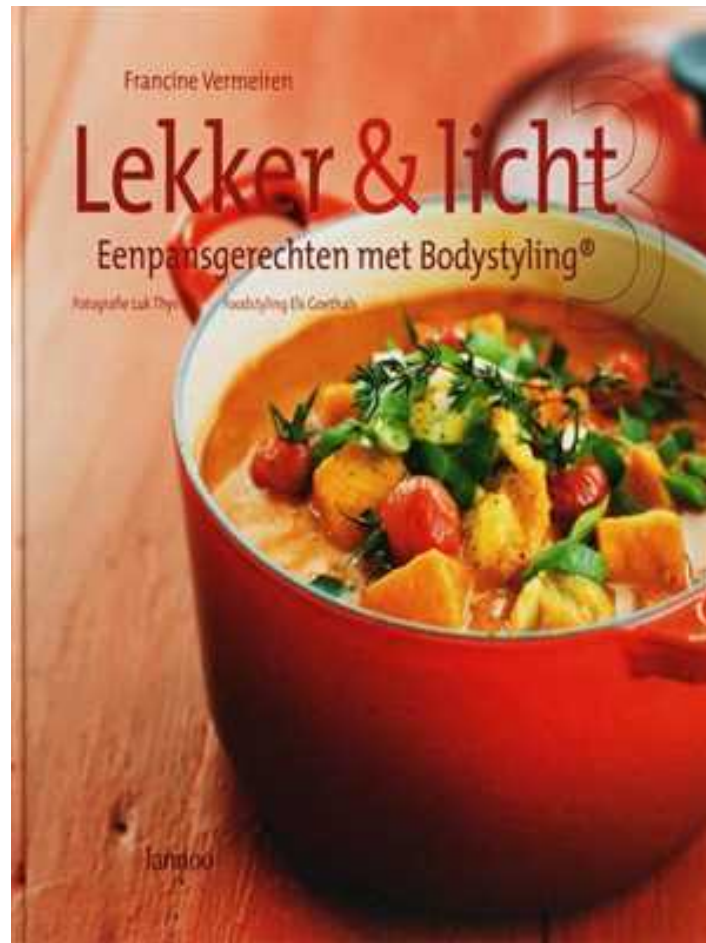


Lekker & Licht / 3 PDF

F. Vermeiren



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: F. Vermeiren
ISBN-10: 9789020966015
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 1894 KB

OMSCHRIJVING

Een derde boek in de succesreeks Lekker & licht, recepten met Bodystyling. Lekkere, lichte en gezonde eenpansgerechten en stoofpotjes voor elk seizoen. Met verrassende menusuggesties en een handige calorieopgave bij elk ingrediënt. Een aanrader voor wie lijnen en lekker eten graag combineert. Reeds meer dan 30.000 exemplaren verkocht van de delen 1 en 2. Passen stoofpotjes en eenpansgerechten in een gezond en licht voedingspatroon? Natuurlijk, zolang je maar de juiste hoeveelheden en ingrediënten gebruikt. Bovendien zijn eenpansgerechten vaak makkelijk te bereiden en kun je naar hartenlust variëren met vlees-, vis-, gevogelte- en vegetarische recepten. Al meer dan 15 jaar biedt Bodystyling® mensen die ontevreden zijn over hun figuur en hun lichaamsgewicht een volwaardige oplossing via een gezonde, evenwichtige en efficiënte manier van afslanken. Met Lekker & licht 3 bundelt de auteur meer dan zestig heerlijke, lichte recepten om nog meer afwisseling te brengen in de dagelijkse voeding. Na de succesboeken Lekker en licht 1 en 2 is dit het nieuwste deel in de reeks.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Lekker & licht 3 bij kookboek-kopen.nl. De online kookboeken specialist.

Online bij Albert Heijn al je boodschappen thuisbezorgd of ophalen. Albert Heijn

Lekker lichter 3 - Energy food: Eating for energy. Haal meer uit je voeding en blijf toch slank! Wat is er plezieriger dan je elke dag vol leven en energie t...

[Lees verder...](#)