

Licht, gezond & lekker PDF

I. van Blommestein



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: I. van Blommestein

ISBN-10: 9789066114357

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 2144 KB

OMSCHRIJVING

LICHT, GEZOND & LEKKER Een boek vol recepten voor mensen die graag licht en gezond eten, maar genieten óók heel belangrijk vinden. Die verantwoord willen koken, maar niet van plan zijn om voortdurend uit te rekenen of ze niet te veel van dit of te weinig van dat binnenkrijgen. Voor die mensen is dit het ideale kookboek. De ruim 100 recepten zijn bovendien eenvoudig te bereiden en buitengewoon lekker. De bereidingstijden staan erbij en de voeding waarde 'is voor u uitgerekend. En voor wie van de hoed en de rand wil weten, bevat het boek beknopte en zinnige voedingsinformatie.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Over het kookboek Licht & lekker met lekkere recepten die licht en gezond zijn

9 lichte magere recepten om direct gezond en lekker te eten. Want te zwaar eten is zeker niet bevorderlijk voor je gewicht en algehele gezondheid!

Libelle Lijnt Lekker: week 4, dag 1 . Op de eerste dag van de laatste week gaan we voor crackers, kiwi's, een boerenomelet als lunch en een aardappelschotel als ...

LICHT, GEZOND & LEKKER

[Lees verder...](#)