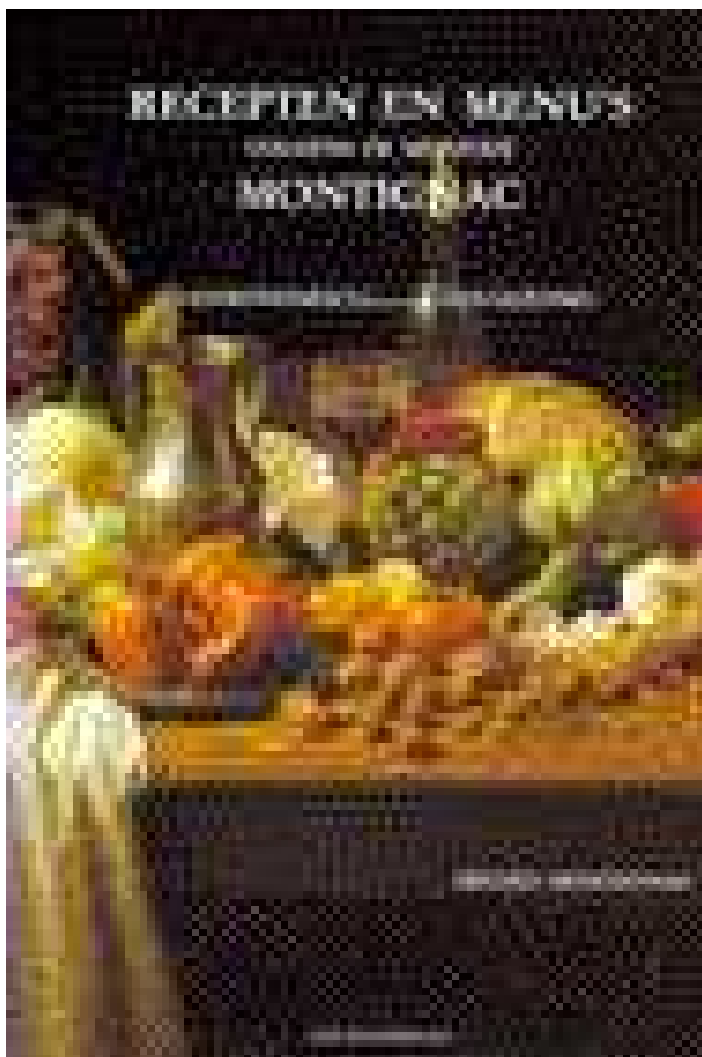


Trefwoorden: RECEPTEN EN MENU'S MONTIGNAC download gratis pdf, RECEPTEN EN MENU'S MONTIGNACboek pdf gratis, RECEPTEN EN MENU'S MONTIGNAC lees online, RECEPTEN EN MENU'S MONTIGNAC torrent, RECEPTEN EN MENU'S MONTIGNAC epub gratis in het Nederlands, RECEPTEN EN MENU'S MONTIGNAC mobi compleet

RECEPTEN EN MENU'S MONTIGNAC PDF

M Montignac



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



Schrijver: M Montignac
ISBN-10: 9789080078659
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 3290 KB

OMSCHRIJVING

De revolutionaire voedingsmethode van Michel MONTIGNAC heeft heel wat opschudding veroorzaakt binnen de traditionele dieetleer. MONTIGNAC wijst de ondoeltreffende en beperkende laagcalorische diëten af. 'Deze zijn op de lange duur niet effectief en kunnen zelfs schadelijk zijn voor onze gezondheid', stelt hij. MONTIGNAC heeft aangetoond dat de beste manier om gewicht te verliezen en energie te winnen -is, onze voedingsgewoonten te veranderen. Over de hele wereld zijn ondertussen miljoenen boeken verkocht met zijn opzienbarende visie. Meer dan tien kilo gewichtsverlies is niet uitzonderlijk en het resultaat is blijvend. Kenners van de methode Montignac kunnen nu met dit nieuwe boek achter het fornuis de gastronomie van hun Franse leermeester toepassen. Voor wie Montignac nieuw is, zullen de gezonde kanten van de Franse leef- en eettradities een openbaring zijn. De eigenschappen van wijn, chocola, ganzelever en kaas van rauwe melk zijn opmerkelijk, zoals uit dit boek blijkt. Deze uitgave met recepten, menu's en toelichting op de methode, is een logische voortzetting van de boeken, die eerder in Nederland en België verschenen van dezelfde schrijver; 'Slink worden met zakendiners' en 'Ik ben Slink, want ik eet'. Boeken die de moeite waard zijn, om u verder te verdiepen in de methode Montignac.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Beheers je lichaamsgewicht, bescherm hart- en bloedvaten, verbeter je geestelijke en fysieke conditie met de Methode Montignac.

Het Montignac dieet wordt nog steeds toegepast als afslankmethode. Bekijk hier de werking van dit speciale dieet en hoe je er ... specifieke Montignac recepten?

Auteur: Michel Montignac, Auteur: Michel Montignac, 1e druk, ISBN: 9789080078659, Gepubliceerd in 1993, Artulen Nederland, 1993 (1e druk NL), 286...

RECEPTEN EN MENU'S MONTIGNAC

[Lees verder...](#)