

Trefwoorden: Smullen zonder suiker! download gratis pdf, Smullen zonder suiker!boek pdf gratis, Smullen zonder suiker! lees online, Smullen zonder suiker! torrent, Smullen zonder suiker! epub gratis in het Nederlands, Smullen zonder suiker! mobi compleet

Smullen zonder suiker! PDF

Karlijn Smeets - van Basten Batenburg



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: Karlijn Smeets - van Basten Batenburg

ISBN-10: 9789082141610

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 3475 KB

OMSCHRIJVING

Smullen zonder Suiker! Een kookboek voor snoepkonden die gezonder willen leven Meer dan 30 heerlijke makkelijk te maken recepten, gezoet met natuurlijke suikers zoals; dadels, honing, ahornsiroop, kokosbloesemsuiker en meer. Recepten van ijs tot taart, cupcakes, snoep en koek. Zoete recepten met ingrediënten die je niet meteen zou verwachten. Wat denk je bijvoorbeeld van 'verstopte' courgette of bietjes in een chocoladecake? Ik vond mezelf te dik, had vaak hoofdpijn en was altijd moe... "Gezonder leven en met snoep en suiker stoppen was wat ik zou gaan doen! Dat was echt afkicken, want ik was jarenlang verslaafd aan suiker geweest. Omdat ik van zoet hou, ben ik 'gewone' koek- en snoeprecepten aan gaan passen, door geraffineerde suikers te vervangen door natuurlijke varianten. Ook ben ik me gaan verdiepen in de werking van koolhydraten en van goede en slechte vetten. Voordelen van geen geraffineerde suiker eten zijn voor mij: meer energie - geen hoofdpijn meer - gewichtsverlies - mooiere huid - betere weerstand Samen met voedingsdeskundige Laura Korssen, heb ik aan de recepten voor dit boek gewerkt. Natuurlijk begrijpen wij dat je, ook als je iets zelf bakt, nog steeds wil weten hoeveel koolhydraten en calorieën dat plakje cake of die koekjes bevatten. Dus dat staat er netjes bij. :-)" Heel veel plezier met dit boek! Karlijn Smeets www.smullenzondersuiker.nl

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Ideeën voor traktaties zonder suiker; zowel een cadeautje als om te snoepen. Met behulp van het boek smullen zonder suiker.

Deze pin is ontdekt door Marjon Duits. Ontdek (en bewaar!) je eigen pins op Pinterest.

recepten met cake zonder suiker: Lemon yoghurt cake, Marmercake zonder suiker, Kruidkoek Zonder Gewone Suiker en Citroencake zonder suiker

SMULLEN ZONDER SUIKER!

[Lees verder...](#)