

Spelt PDF

Roger Saul



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



Schrijver: Roger Saul
ISBN-10: 9789048311958
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 1383 KB

OMSCHRIJVING

Spelt is een geweldig graan. Alleen al vanwege zijn heerlijke nootachtige smaak en zijn enorme veelzijdigheid zou dit ingrediënt standaard in uw voorraadkast moeten liggen? en dan hebben we het nog niet eens gehad over zijn gezonde eigenschappen. Spelt bevat meer voedingsstoffen dan gewone tarwe, is gemakkelijker te verteren, heeft een lagere glykemische index en staat erom bekend dat het verschillende ziekten en aandoeningen kan helpen voorkomen of de genezing ervan kan bevorderen. De ervaring van spelt wordt aangevoerd door Roger Saul, dé speltexpert van Groot-Brittannië. Hij verbouwt biologische spelt op zijn boerderij Sharpham Park in Somerset. Voor Roger is spelt een passie en hij heeft er jarenlang mee geëxperimenteerd. Het resultaat is deze fantastische verzameling heerlijke én gezonde recepten met spelt als essentieel ingrediënt. Spelt opent een heel nieuwe wereld aan culinaire mogelijkheden, van broden, taarten en gebakjes tot heerlijke hoofd- en nagerechten. Probeer eens het Walnoten-stiltonbrood, de stevige Marokkaanse lamsspeltotto of de zoete Zomerse frambozentaart en sluit u aan bij de steeds groter wordende groep mensen die kiest voor dit heerlijke graan. 'Een fantastische verzameling recepten van de koning van de spelt' MARK HIX

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

spelt 1 (spělt) n. A type of wheat (*Triticum spelta* syn. *T. aestivum* subsp. *spelta*) having a tough hull. It was widely cultivated in southwest Asia, the Near East ...

spelt. Spelt - Tarwe ,wat is het verschil ? Spelt is een oergraan. Vanuit spelt is later tarwe ontwikkeld door veredeling. Veredeling wil zeggen ; selectie van ...

Spelt is een oeroude graansoort. Spelt is voedzamer dan tarwe. Bovendien is spelt beter voor het lichaam dan de tarwe waarmee we ons voeden.

[Lees verder...](#)