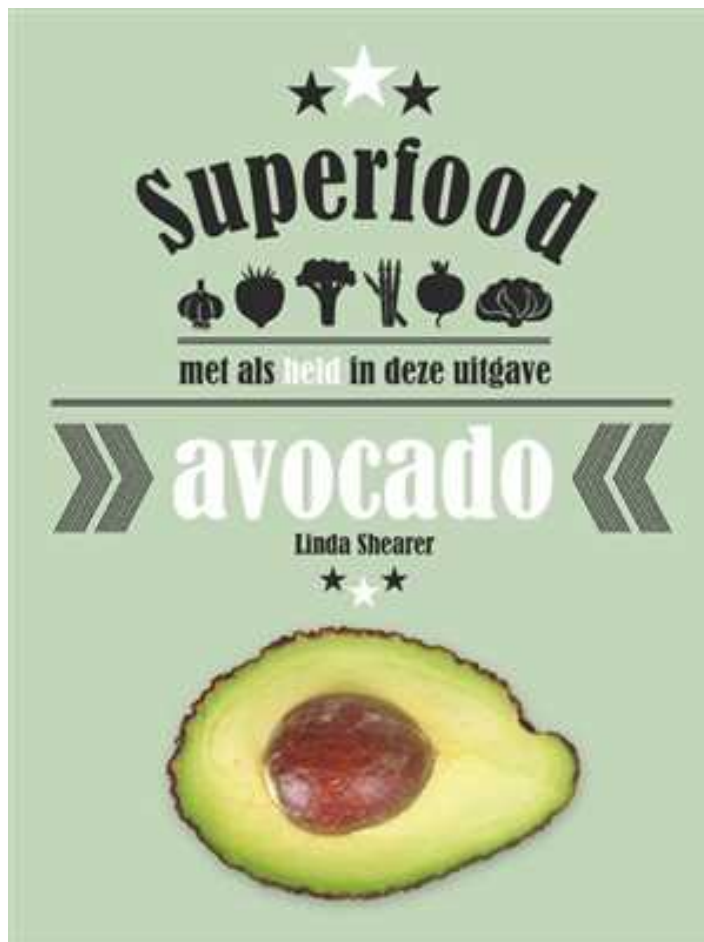


## Superfood: avocado PDF

Linda Shearer



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



Schrijver: Linda Shearer  
ISBN-10: 9789059408197  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 2899 KB

## **OMSCHRIJVING**

Tegenwoordig zijn superfoods razend populair vanwege hun gezonde eigenschappen. Deze serie richt zich niet alleen op de bekende superfoods zoals chiazaad, gojibessen en cacao, maar ook op de minder bekende die minstens net zo gezond zijn. Dit boek laat zien dat je alle kanten uit kunt met de avocado: van een guacamole, smoothie, soep, salade tot mousse en zelfs ijs. De avocado opnemen in je dagelijkse eetgewoonten heeft een positieve invloed op je gezondheid. Het is namelijk een goede bron van eiwitten, bevat goede vetten en zit vol vitaminen. Dankzij de mooie foto's, interessante weetjes en lekkere recepten zal de avocado vaker op tafel komen te staan!

## **WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Here are 12 health benefits of avocado, ... It's often referred to as a superfood, which is not surprising given its health properties .

Een heerlijke goedgevulde salade, vol voedzame en smaakvolle ingrediënten.

Superfood salade met quinoa, biet, zoete aardappel, avocado, granaatappelpitjes, feta, spinazie

## **SUPERFOOD: AVOCADO**

[Lees verder...](#)