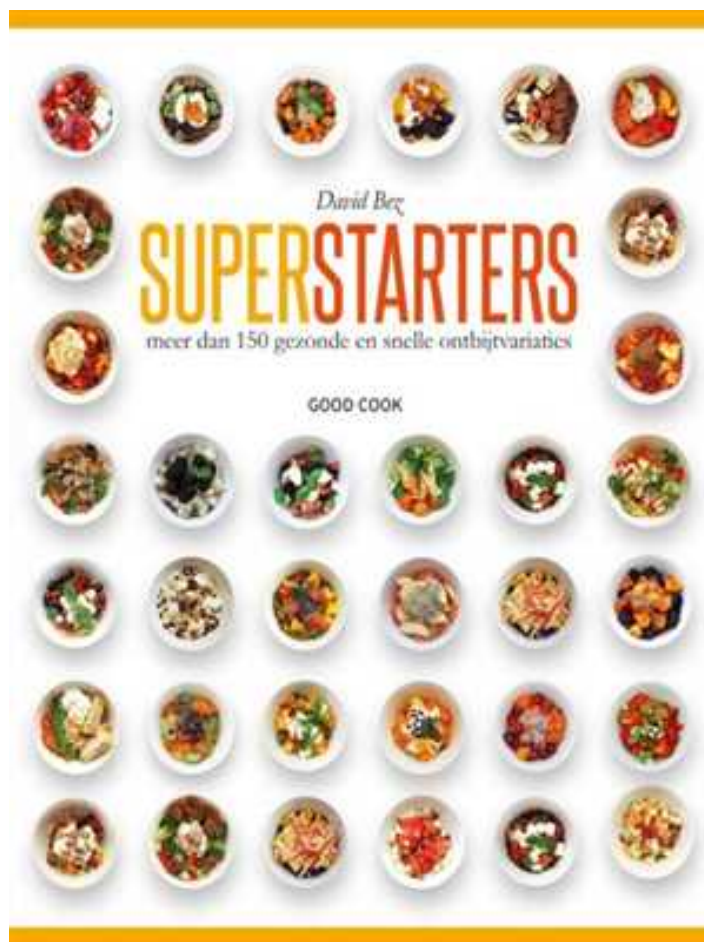


Superstarters PDF

David Bez



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: David Bez
ISBN-10: 9789461431387
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 4934 KB

OMSCHRIJVING

Start de dag met een superontbijt! Het belang van een goed ontbijt wordt steeds meer onderstreept: na de nachtrust heeft het lichaam nieuwe energie nodig om er weer volop tegenaan te kunnen gaan. Superstarters laat je zien hoe je eindeloos kunt variëren en bovenal weinig tijd hoeft te spenderen aan het maken van je ontbijt. Start de dag met abrikozen, nectarines, walnoten en yoghurt. Of eet roggebrood met geitenkaas, blauwe bessen en vijgen. Varieer met maan-, hennep- of chiazaad en vervang de yoghurt eens door cottage cheese of crème fraîche. David Bez bewijst na zijn zeer succesvolle Supersalades dat je net zo makkelijk in een handomdraai de meest fantastische ontbijtjes kunt maken; ook met alternatieven voor vegetariërs, veganisten en mensen die glutenvrij eten. Voor elk wat wils en uiteraard zijn alle superstarters ook prima geschikt als tussendoortje.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

SuperStarters Sports, Charlottesville, VA. 236 likes. SuperStarters Sports provides sports-based youth development after school & summer programs to help...

Fire-Up aanmaakblokjes (zak a 192 st) Fire-Up PREMIUM XXL superstarters (zak a 34 st) Hulp of advies nodig? Wilt u hulp of advies bij het bestellen in onze webshop?

Het recept voor dit ontbijtje van havermout met kokos, banaan en chocolade, komt uit het boek 'Superstarters' van David Bez. Toevallig zijn dit drie van mijn ...

SUPERSTARTERS

[Lees verder...](#)