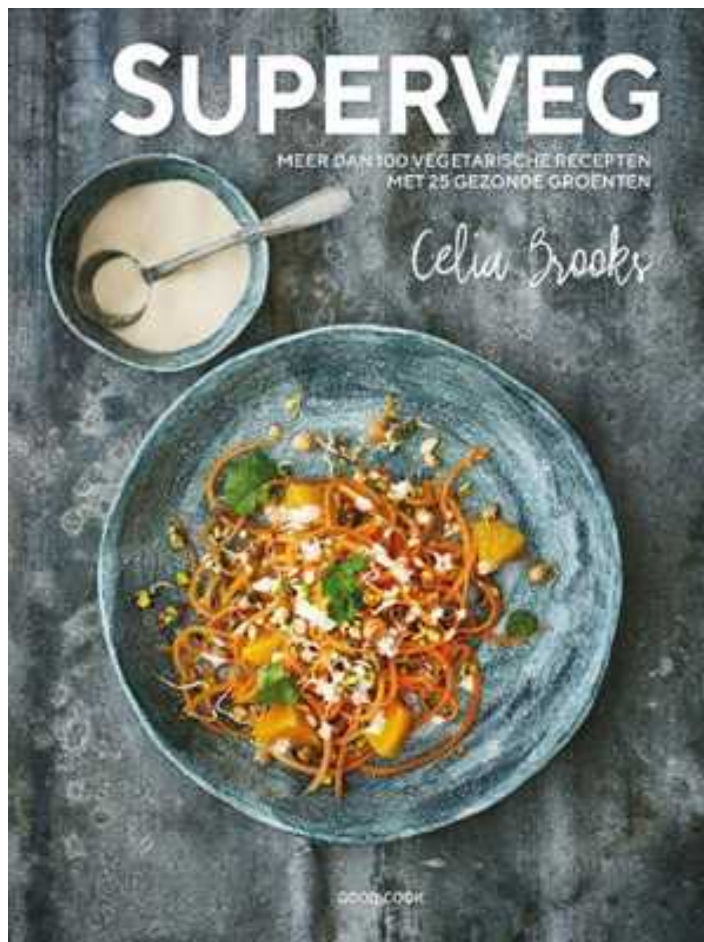


Superveg PDF

Celia Brooks



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: Celia Brooks
ISBN-10: 9789461431899
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 4171 KB

OMSCHRIJVING

Groente is al lang geen bijgerecht meer. Of je nu vegetariër bent of vaker vlees of vis achterwege wilt laten, dit boek geeft meer dan 100 recepten met daarin een hoofdrol voor de 25 meest gezonde groenten. Ieder gerecht gaat uit van de voedzame kracht en smaak van het specifieke ingrediënt. Verwerk wortel in een salade met sinaasappel en tahini of in een stoofpot met bruine bonen en abrikozen. Bak een knolselderij in zoutkorst of in een lasagne met cashewnoten. Witlof smaakt heerlijk in een pasta met salie en walnootpesto of in een salade met peer en blauwe kaas. Rode biet combineert niet alleen goed met hartig, maar ook met chocolade. Celia Brooks onderzocht de voedingswaarde van verschillende groenten en brengt met Superveg een ode aan groente. Haar gerechten zijn gezond, veelzijdig en bovendien geschikt voor de dagelijkse keuken, of je nu wel of niet vegetariër bent!

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Een van de eerste gerechten die ik maakte uit het kookboek Supervveg (zie voor de recensie daarvan deze link) was de avocadogazpacho. Nou moet ik er ...

Het kookboek Supervveg van Celia Brooks staat vol recepten met groenten in de hoofdrol. Groenten zijn veelzijdig, gezond én lekker.

These 10 Super Veggies Can Boost Your Health. For better health, add this colorful assortment of nutrient-dense super vegetables to your diet. There are links ...

SUPERVEG

[Lees verder...](#)