

## Zeg nee tegen suiker PDF

Kurt E.A. Mosetter



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



Schrijver: Kurt E.A. Mosetter

ISBN-10: 9789044751406

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 2558 KB

## OMSCHRIJVING

Snoepjes, chocolade, mueslirepen, brood, pasta of fastfood... Ons overmatige verlangen naar suiker brengt risico's voor onze gezondheid met zich mee. Het is algemeen bekend dat overgewicht, cariës en diabetes een rechtstreeks gevolg zijn van een overdaad aan suiker, maar ook hart- en vaatziekten, ADHD, alzheimer en kanker kunnen veroorzaakt worden door een ontspoorde bloedsuikerstofwisseling. Toch is het helemaal niet moeilijk om nee te zeggen tegen suiker. Er bestaan gezonde alternatieven die geen invloed hebben op de stofwisseling (en ons dus niet ziek maken) en die toch onze zin in zoet stillen. In dit boek leert u uw eigen suikerconsumptie onder de loep te nemen en krijgt u een 4-stappen-afkickprogramma waarmee u in drie maanden tijd de zoete verleiding uit uw leven bant. De recepten laten u zien hoe u met gezonde suikers de heerlijkste lekkernijen kunt bereiden - van zelfgebakken brood en bijzondere mueslimengsels via hartige gerechten en klassieke meelgerechten tot jams, taarten en desserts.

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

Bestel Zeg nee tegen suiker Voor 23:00 besteld, morgen in huis! 20% korting voor vaste klanten Altijd een inspirerend advies

Bestel Zeg nee tegen suiker Voor 23:00 besteld, morgen in huis! 20% korting voor vaste klanten Altijd een inspirerend advies

Zeg nee tegen Nutella !!! ... Deze suiker is niet alleen een goedkoop ingrediënt, maar het is ook hoog in gevaarlijke chemische stoffen, zoals pesticiden.

**ZEG NEE TEGEN SUIKER**

[Lees verder...](#)