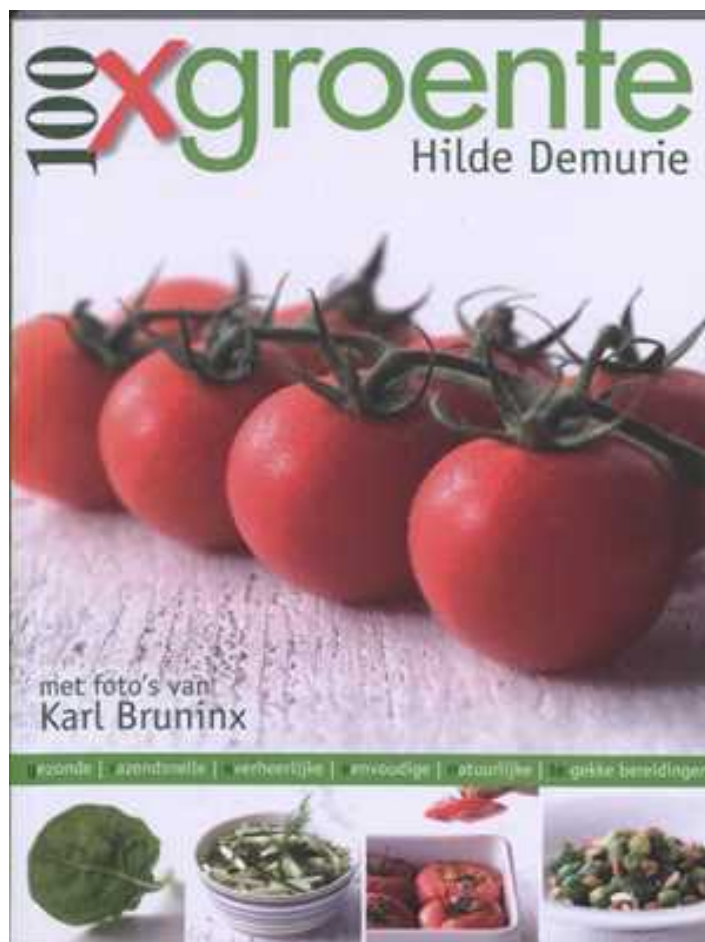


## 100 x groente PDF

H. Demurie



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



Schrijver: H. Demurie  
ISBN-10: 9789058265692  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 3526 KB

## OMSCHRIJVING

100 x GROENTE Gezonde Razendsnelle Overheerlijke Eenvoudige Natuurlijke TE gekke bereidingen Hilde Demurie Met foto's van Karl Bruninx, gerechten klaargemaakt door het Spar KOOK team Michaëla Delbaere & Piet Vandorpe. Groente op je bord. Sla, tomaat, wortel. En daarmee heb je het gehad? Nee, natuurlijk niet. Geen tijd om groente klaar te maken? Dit is vanaf nu geen argument meer. In dit groentekookboek vind je 100 eenvoudige, snelle recepten met maar liefst 38 verschillende soorten groente. Je hebt slechts 15 minuten nodig per bereiding. Natuurlijk en gezond. En lekker bovendien! De pompoenfrietjes worden zonder twijfel een favoriet bij je kinderen. Rode kool met appeltjes en rozijnen of prei met curry zijn lekker zoete varianten op de klassieke bereiding. Kruidige ajuin gevuld met spinazie en pijnboompitten of aubergine met look. Patatjes anders in bloemkoolpuree of lekker met uien en appels. Courgette op zijn Frans in een salade of met tomaten in de wok. Met dit kookboek wordt groente bereiden en eten een feest! HILDE DEMURIE is voedingsconsulente. Ze raadt haar klanten aan om véél groenten te eten, en niet alleen omwille van de 'lijn'. Ze geeft bij elk recept bijhorende gezondheidstips. Met stap-voor-stap receptuur, smakelijke foto's en nuttige tips

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Zaikalender voor de groententuin Zaaikalender, groententuin, groenten, zaaien, zaden, zaad, groente, groentes, soorten, zaaitijdstip, zaaidatum, kalender, maan ...

Bestel nu en morgen geleverd! '100 x groente' van 'Hilde Demurie'. Geen tijd om groenten klaar te maken? Dat is vanaf nu geen argument meer. Je hebt slechts 15 ...

100 x GROENTE Gezonde Razendsnelle Overheerlijke Eenvoudige Natuurlijke TE gekke bereidingen  
Hilde Demurie Met foto's van Karl Bruninx, gerechten klaargemaakt door ...

**100 X GROENTE**

[Lees verder...](#)