

## Bakken met zonder fratsen PDF

Emily Kemp



*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: Emily Kemp  
ISBN-10: 9789492597083  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 1611 KB

## **OMSCHRIJVING**

Smulpapen opgelet! Iedere dag genieten van taart, cake, koekjes, muffins en andere heerlijke zoetigheden; het kan! Ik viel 65 kilo af, maar stopte niet met genieten van zoetheid. In dit boek vind je 56 zoete bakrecepten, allemaal lekker, simpel en verantwoord. Bij ieder baksel worden de voedingswaarden per portie aangegeven, zodat je weet wat je eet. De baksels zijn veelal koolhydraatarm, eiwitrijk en aanzienlijk lager in calorieën dan reguliere baksels. Enkele recepten bevat juist meer koolhydraten, ideaal na een stevige workout of als je nog even door moet. Hoe ik dat doe, lees je in het boek. Je vindt informatie over de grondstoffen, baktips en uiteraard ook mijn progressieverhaal. Lees, kijk, bak en geniet!

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Bakken met zonder fratsen (hardcover). Smulpapen opgelet! Iedere dag genieten van taart, cake, koekjes, muffins en andere heerlijke zoetigheden; het kan! Ik viel 65 ...

Emily @zonderfratsen - Instagram Profile - Auteur "Bakken met Zonder Fratsen" □ @afvallenmetbregje & @bol\_com & @bruna.nl 65 kg afgevallen □ info@zonder ...

Smulpapen opgelet! Iedere dag genieten van taart, cake, koekjes, muffins en andere heerlijke zoetigheden; het kan! Ik viel 65 kilo af, maar stopte niet met genieten ...

## BAKKEN MET ZONDER FRATSEN

[Lees verder...](#)