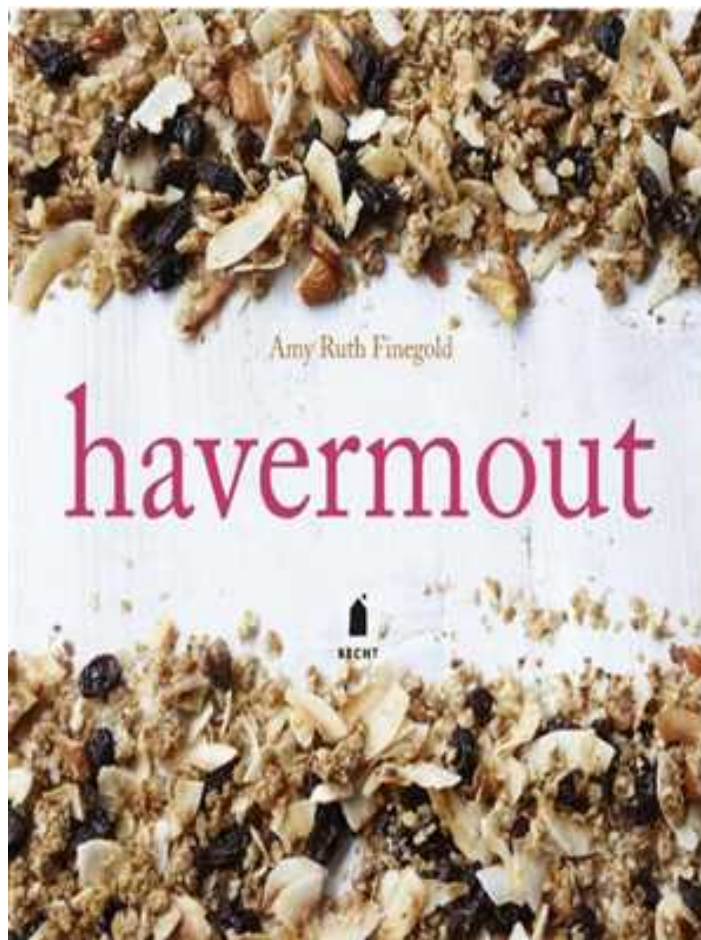


Havermout PDF

Amy Ruth Finegold



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: Amy Ruth Finegold

ISBN-10: 9789023014454

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 3641 KB

OMSCHRIJVING

In Havermout staan meer dan dertig heerlijke recepten met superfood-havermout: van heerlijke ontbijtjes tot snacks en drankjes. Of het nu gekookt, geweekt, gebakken, geroosterd of geblenderd is, havermout zit vol vitaminen, mineralen en vezels en is goed voor het immuunsysteem. Ook kan het prima gecombineerd worden met ander gezond eten, zoals fruit, yoghurt, honing en antioxidanrijke chocolade. De recepten zijn onderverdeeld in verschillende soorten pap, muesli, repen & koeken, muffins & cakes en drankjes. Denk eens aan havermoutkoekjes met cranberry of chocolade-havermoutsmoothies - daar loopt het water je toch van in de mond...?

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Havermout maken. Ontbijten met havermout is een heerlijk en gezond begin van de dag. En omdat je het op zoveel verschillende manieren kunt bereiden, kun je het zelfs ...

Van eigenlijk-geen-tijd ontbijt tot lekker stout met havermout! Dit boek wordt gevuld met alleen de meest bijzondere ontbijtjes van Instagram. Deel jouw Quaker ...

Havermout is rijk aan vitamine B1 / magnesium / fosfor, veel vezels, goed voor je cholesterol, super verzadigend, darmen die aan het werk gezet worden, lagere pieken ...

HAVERMOUT

[Lees verder...](#)