

Trefwoorden: Lekker eten met minder zout download gratis pdf, Lekker eten met minder zoutboek pdf gratis, Lekker eten met minder zout lees online, Lekker eten met minder zout torrent, Lekker eten met minder zout epub gratis in het Nederlands, Lekker eten met minder zout mobi compleet

Lekker eten met minder zout PDF

Stichting Voedingscentrum Nederland



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



Schrijver: Stichting Voedingscentrum Nederland
ISBN-10: 9789051770544
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 2814 KB

OMSCHRIJVING

Minder zout eten levert winst op voor je gezondheid. Je bloeddruk daalt endarmee neemt de kans op hart- en vaatziekten af. Elke gram minder ismeegenomen. Dat geldt voor iedereen, ook als je een normale bloeddruk hebt. Dit boek van het Voedingscentrum laat zien hoe je smakelijk en gevarieerd kunt eten met minder zout. Niet alleen goed voor je gezondheid, maar ook gewoon heel erg lekker. Het boek staat vol met praktische tips, voor elk moment van de dag: ontbijt, lunch, warme maaltijd en eetmomenten tussendoor. Met de 54 smaakvolle recepten en handige kruiden- en specerijentabellen leer je hoe eenvoudig het is om lekkere gerechten met minder zout op tafel te zetten.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

We geven enkele tips om minder zout te eten! ... te lekker vinden om veel zout over het eten ... met 6 gram zout per dag. In Nederland eten we gemiddeld ...

Lekker eten met minder zout (hardcover). Minder zout eten levert winst op voor je gezondheid. Je bloeddruk daalt endarmee neemt de kans op hart- en vaatziekten af.

Minder zout eten verlaagt de bloeddruk en is beter voor je nieren. ... Lekker eten met minder zout . Met 56 smakelijke recepten. € 12,95. Bekijk

LEKKER ETEN MET MINDER ZOUT

[Lees verder...](#)