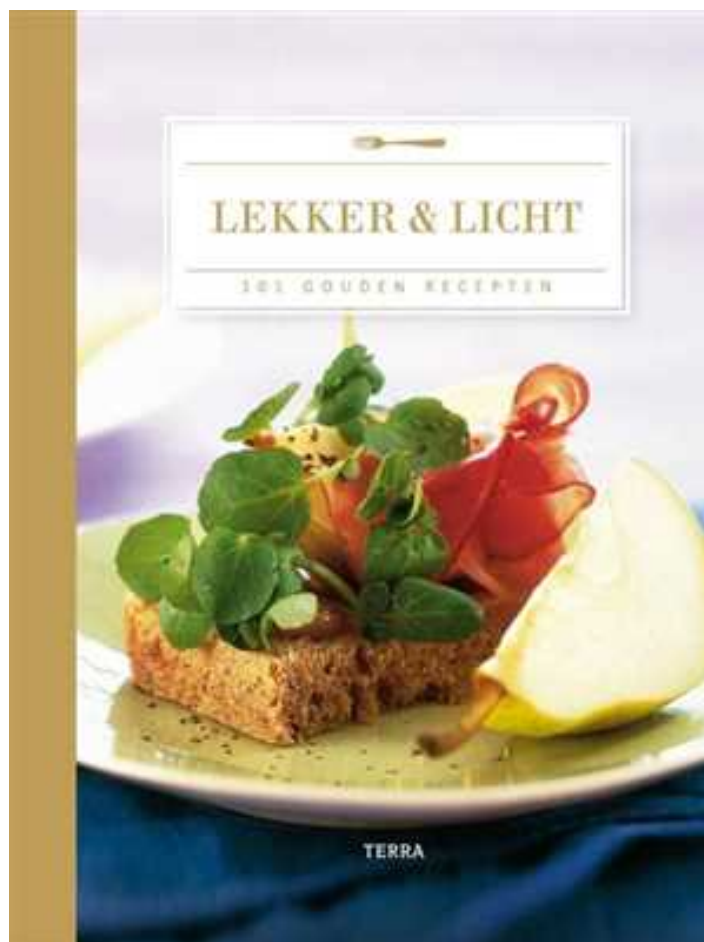


## Lekker & licht PDF

Orlando Murrin (Red.)



*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: Orlando Murrin (Red.)

ISBN-10: 9789089893086

Taal: Nederlands

Bestands grootte: 4002 KB

## **OMSCHRIJVING**

Goede, gezonde recepten die overheerlijk smaken: LEKKER & LICHT staat er vol mee. 101 heerlijke voorgerechten, hoofdgerechten en desserts die je helpen fit te blijven. Geniet van lekker én slank eten, zoals kipspiesjes met komkommerdip, runderstoofpot met abrikozen, gevulde vissoep, Chinese kip met ananas, groentepaella of gepocheerde peren met bramen...Elk recept is maar liefst 3 keer getest en kan dus niet mislukken. Duidelijk instructies en smaakvolle foto's. Bij ieder recept een voedingswaardetabel.

## WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Het diner begint pas echt goed met een lekker voorgerecht. Hier vind je voorgerechten die aansluiten op je diner. Een voorgerecht moet niet te zwaar zijn

Nood aan een gezond of licht gerechtje? Let op, we volgen geen dieet, maar lijsten hier onze lichte of gezonde gerechten op. Iets minder zwaar, maar wel echt lekker.

Makkelijke en gezonde recepten voor een fit en gezond leven. Verantwoorde recepten die vooral ook heel erg lekker zijn.

**LEKKER & LICHT**

[Lees verder...](#)