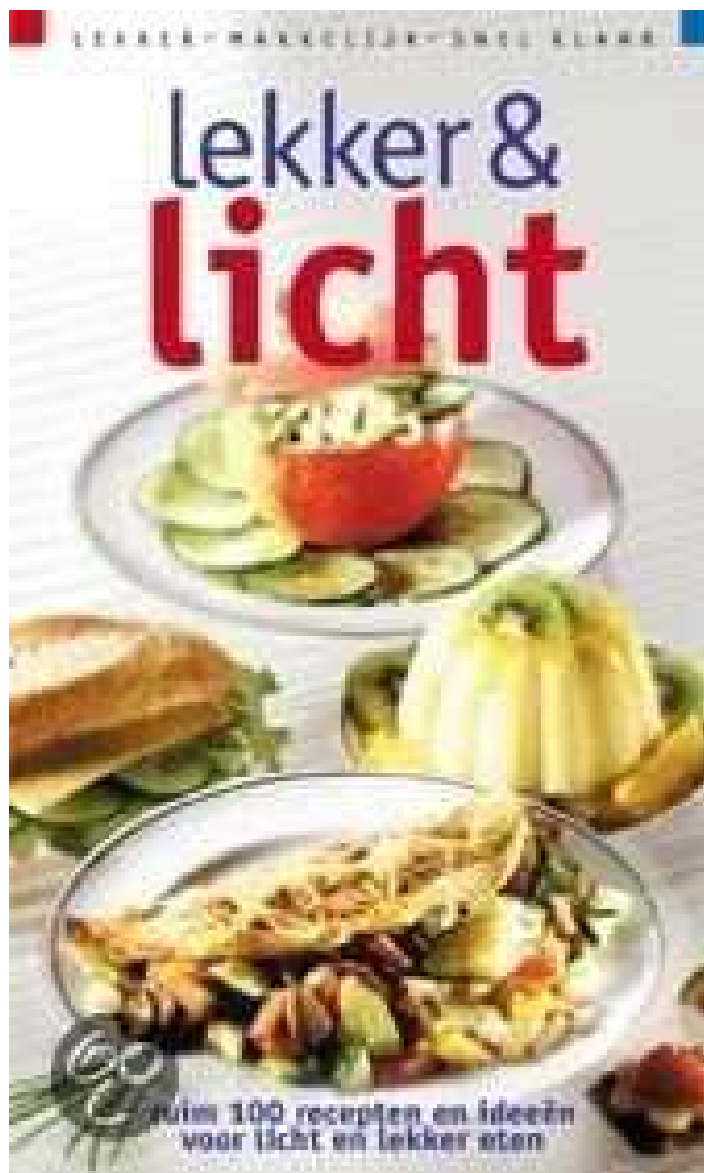


Lekker & Licht PDF

Nederlands Zuivelbureau



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: Nederlands Zuivelbureau

ISBN-10: 9789066113671

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 3709 KB

OMSCHRIJVING

Een boek vol recepten en ideeën voor lekker, licht en zeer gevarieerd eten. Voor ontbijt, lunch en avondeten; maar ook voor verstandige - maar o zo lekkere - tussendoortjes en traktaties. Voorin staan overzichtelijke energietabellen van veel gebruikte voedingsmiddelen. Achterin - om het kiezen te vereenvoudigen - een receptenregister met energieopgave. Met dit boek wordt verantwoord eten een feest.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Na de feestmaaltijden met kerst en nieuwjaar is het tijd om je lichaam weer wat rust te geven. Geen zware sauzen of kroketjes , gewoon ...

Easy: Bloemkoolrijst met garnalen. Zin in een lekker licht receptje? Dan kan ik je deze bloemkoolrijst met garnalen echt aanraden. Het is licht, fris en toch vult het ...

Maagklachten? Eet licht verteerbaar voedsel. Inspiratie nodig? Bekijk deze superhandige lijst met fruit, groente, vis, beleg, toetjes, brood etc.

LEKKER & LICHT

[Lees verder...](#)