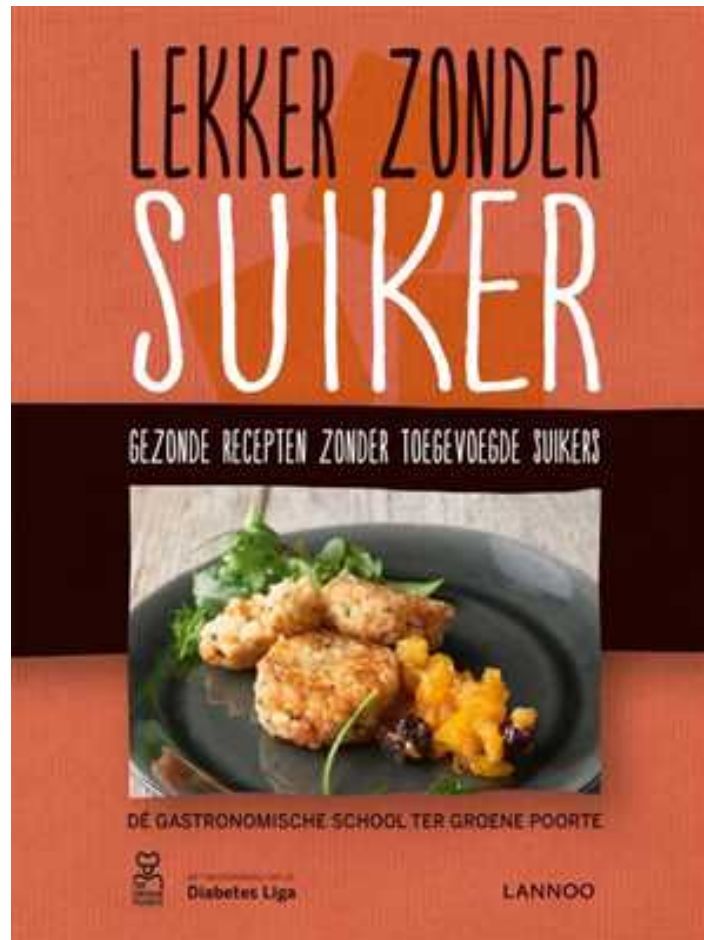


## Lekker zonder suiker PDF

Kris Baeckelandt



*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: Kris Baeckelandt

ISBN-10: 9789401425674

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 4708 KB

## OMSCHRIJVING

Basiskookboek voor suikervrij koken De tijd is voorbij dat alleen diabetespatiënten suiker uit hun dieet schrappen. Wie gezonder én energiekeker wil leven, moet zijn suikerinname drastisch inperken. We eten gemiddeld ongeveer 45 kg suiker per jaar. Geen wonder dat één op twee mensen vandaag met overgewicht te kampen heeft en het aantal patiënten met diabetes type 2 alsmaar toeneemt. Enkele leerkrachten van Hotelschool Ter Groene Poorte bewijzen dat koken met minder suiker perfect haalbaar is. Samen met de Diabetesliga ontwikkelden ze een suikervrij basiskookboek dat niet alleen handig is voor diabetici, maar voor iedereen die minder suiker wil eten. Je vindt er recepten voor elke dag, maar ook gerechten voor feestelijke gelegenheden en natuurlijk een heleboel desserts waarin suiker op een verantwoorde manier vervangen werd.

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

De sojamelk zonder suiker van Alpro ruikt een beetje naar doperwtjes. Niet gek natuurlijk, ... Heel lekker, maar je moet er wel maar net zin in hebben.

Stoofperen zonder suiker en zonder wijn. Net zo lekker met diksap en dadels als natuurlijke suikers.

Lekker zonder suiker: Kleine veranderingen helpen al bij het minder suiker gebruik of helpen zelfs om uiteindelijk volledig zonder toegevoegde suikers te lev...

**LEKKER ZONDER SUIKER**

[Lees verder...](#)