

Mijn pure keuken PDF

Pascale Naessens



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: Pascale Naessens

ISBN-10: 9789057203466

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 4440 KB

OMSCHRIJVING

Als model voerde Pascale Naessens jarenlang een strijd met haar eetgewoontes. Ze weigerde een leven te leiden waarbij ze calorieën moest tellen en niet meer kon genieten van koken en tafelen. En dus ging ze op zoek naar een andere manier van eten waarbij ze lekker en voldoende kon eten mét respect voor haar lichaam en lijn. Naar een manier die zowel het model, de levensgenieter als de romanticus in haar tevreden stelde. En haar echtgenoot Paul Jambers, want de liefde van de man gaat immers door de maag. Pascale vond haar evenwicht in de pure keuken waar ze van kon genieten zonder schuldgevoel. De basis van deze keuken zijn goede combinaties, gezonde ingrediënten en de juiste vetten. De verrassing zit 'm in de eenvoud. Haar gerechten zijn speciaal en toch eenvoudig, ook om te bereiden. Al haar recepten bundelde ze nu voor het eerst. Het werd een boek met veelal mediterrane geïnspireerde recepten op basis van vis, olijfolie, groenten en verse kruiden. En af en toe een stukje vlees voor de vitamine B12.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Info over recepten mijn pure keuken. Resultaten van 8 zoekmachines!

Titel: Mijn pure keuken: volop genieten en toch slank Auteur: Pascale Naessens Fotografie: Heikki Verdurme Uitgeverij: Houtekiet / Linkeroever uitgevers

Naar analogie met haar kookboeken 'Mijn Pure Keuken 1 & 2' had Pascale Naessens haar eigen stek op Vitaya. Het culinaire lifestyleprogramma zit boordevol tips om ...

MIJN PURE KEUKEN

[Lees verder...](#)