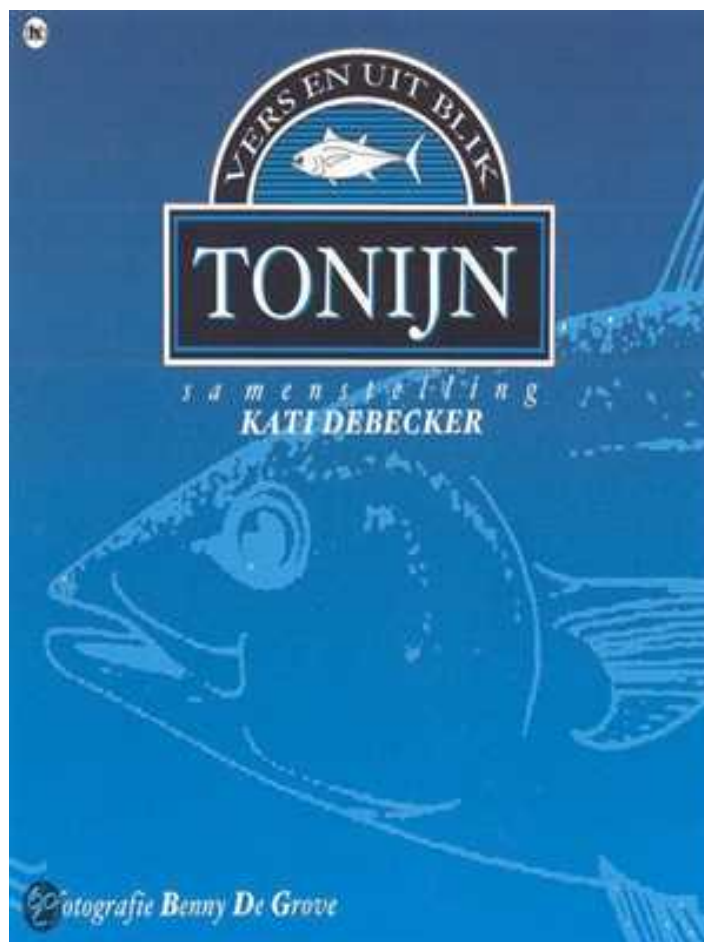


Tonijn, Vers En Uit Blick PDF

Kati Debecker



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



Schrijver: Kati Debecker
ISBN-10: 9789044307078
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 3229 KB

OMSCHRIJVING

Van heerlijke borrelhapjes tot een volwaardig feestmaal: u vindt het in dit verrassende kookboek vol lekkere gerechten met tonijn. Er is een flink aantal recepten voor gerechten met tonijn uit blik. Niet voor niets, want het is goedkoop, makkelijk en overal te krijgen. Maar ook de verse variant komt ruim aan bod. Verder vindt u veel informatie over verschillende soorten tonijn, het aanbod, de voedingswaarde en verwerking.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Tonijn is lekker. En bevat eiwitten, vitamines, mineralen en omega 3-vetzuren. ... Alles wat voor tonijn uit blik opgaat, geldt ook voor verse tonijn.

Er is een vissoort die gezond is en juist heel weinig vet bevat. En dat is tonijn. Maar is tonijn uit blik wel zo gezond? Je leest het hier!

Volgens mij wordt het afgeraden vaak tonijn (vers en uit blik) te eten omdat het vrij veel kwik bevat. koentje schreef: voor de hond niks mis mee. Maar wel voor de ...

TONIJN, VERS EN UIT BLIK

[Lees verder...](#)