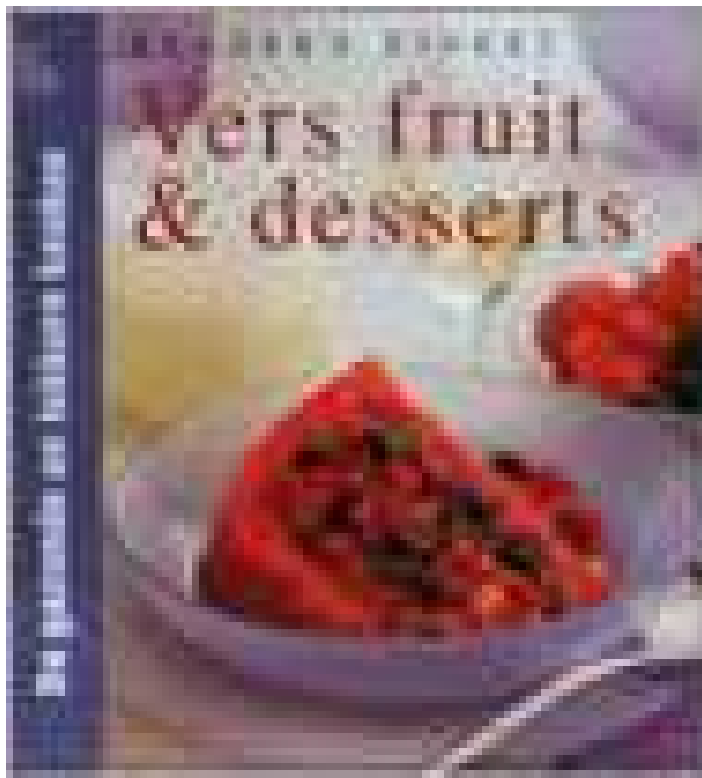


Vers Fruit & Desserts PDF

Digest Readers



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



Schrijver: Digest Readers
ISBN-10: 9789064076336
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 2211 KB

OMSCHRIJVING

Recepten voor ontbijt, lunch, avondmaal en tussendoortjes, met fruit als (hoofd)bestanddeel. In het voorwoord wordt uitgelegd wat we moeten doen om gezond te leven en om de risico's op welvaartsziekten als kanker en hartaandoeningen zoveel mogelijk te beperken. Het eten van vruchten is hierbij van essentieel belang. Daarna wordt van de meeste fruitsoorten - ook exotische en gedroogde - verteld waarom ze zo gezond zijn, welke voedingsstoffen ze bevatten en waartoe deze dienen. De recepten zijn veelzijdig, voor elk moment van de dag is wel iets toepasselijks te vinden.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Bereidingstijd: 10 minuten. Benodigdheden (voor 2 personen): Schepijs; 125 ml slagroom; Kiwi; Rode druiven; Witte druiven; Aardbeien; Galia meloen; Ananas; Bereiding:

Op zoek naar het lekkerste yoghurtdessertroom met vers fruit recept? Ontdek nu de heerlijke recepten van Solo Open Kitchen. Laat je inspireren en ga aan de slag!

Zomerse fruittiramisu Deze fruitige tiramisu staat mijlenver weg van het Italiaanse origineel. ... 125 ml verse slagroom; 150 g verse frambozen;

VERS FRUIT & DESSERTS

[Lees verder...](#)