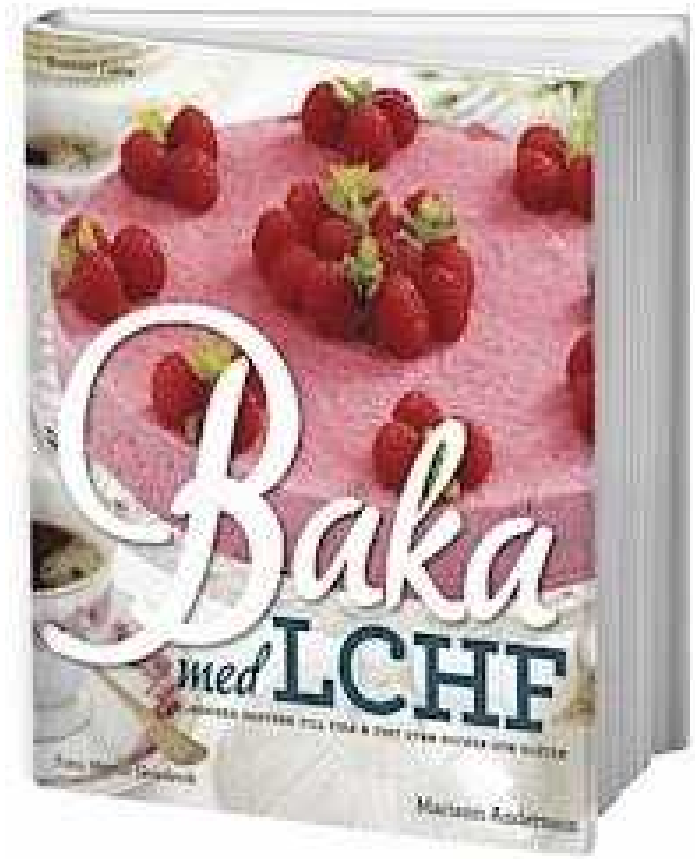


Tags: Baka med LCHF : klassiska bakverk till fika och fest utan socker och gluten MOBI download; Baka med LCHF : klassiska bakverk till fika och fest utan socker och gluten las online bok; Baka med LCHF : klassiska bakverk till fika och fest utan socker och gluten ladda ner pdf e-bok; Baka med LCHF : klassiska bakverk till fika och fest utan socker och gluten epub books download; Baka med LCHF : klassiska bakverk till fika och fest utan socker och gluten e-bok apple; Baka med LCHF : klassiska bakverk till fika och fest utan socker och gluten bok pdf svenska

Baka med LCHF : klassiska bakverk till fika och fest utan socker och gluten PDF E-BOK

Mariann Andersson



Författare: Mariann Andersson

ISBN-10: 9789174242560

Språk: Svenska

Filstorlek: 2610 KB

BESKRIVNING

Fler och fler människor upptäcker fördelarna med att äta enligt LCHF-modellen - naturlig mat med mindre kolhydrater och lite mer fett. Att trola fram utsökta middagar är sällan ett problem, men när det bjuds på fika eller kalas har alternativen till traditionella bakverk lyst med sin frånvaro. Med den här boken blir det ändring på det. Här finns 40 recept på såväl traditionella svenska klassiker som nyare spännande bakverk - alla innehåller de ytterst få kolhydrater och är bakade helt utan socker och mjöl. I boken ersätts vetemjöl av framförallt kokosnötsmjöl som påminner mycket om vanligt mjöl, men utan att ha vetemjölets negativa påverkan på blodsockret och kroppen. Istället för socker används små mängder av de naturliga sötningsmedlen erythritol och stevia. Med gott samvete kan man kalla Marianns bakverk för hälsosam bakning. De har en näringsfördelning som riktig mat, och är både mättande och nyttiga. Så ta och damma av mormors finservis. Med hjälp av recepten i den här boken kan du nämligen bjuda på sju sorters kakor igen. Dessutom helt utan att oroa dig för formen. Här finns enklare bakverk till helgfikat, men också fina moussetårtor, cupcakes, gräddtårtor och pajer som passar till de stora högtiderna. Ur innehållet: Brownies Chokladrulltårta Citron- och limepaj Gräddtårta Hallonmoussetårta Kanellängd Kladdkaka Kärleksmums Mazariner Mjuk pepparkaka Moccarulltårta Semla - till fettisdagen Tigerkaka Våfflor - till våffeldagen

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Baka med LCHF : klassiska bakverk till fika och fest utan socker och gluten

Bakglädje till vardags och fest : baka med LCHF utan socker och ... Baka med LCHF : Klassiska bakverk till fika och fest ... Diabetes forskning gluten Gunilla Sahlin ...

Bokrecension: Baka med LCHF - uppochohoppa.se

Baka med LCHF! BAD. Översikt. Badkar & Bubbelbadkar. Badrumsbelysning. Badrumsbeslag. ... Kake och klinker. Krokar & Beslag. Lister & Paneler. Smarta hem. Trappor ...

Baka med LCHF : klassiska bakverk till fika och fest utan socker och ...

Baka med LCHF: klassiska bakverk till fika och fest ... utan att behöva slita ... Varje kapitel bjuder på en ny anledning till fest och för varje festtema får ...

BAKA MED LCHF : KLASSISKA BAKVERK TILL FIKA OCH FEST UTAN SOCKER OCH GLUTEN

LÄS MER