

Vegetar PDF

Ditte Ingemann



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Ditte Ingemann
ISBN-10: 9788740029970
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 4209 KB

BESKRIVELSE

Vi danskere er kødelskere med stort K, men både krop, sjæl og miljø har brug for kødløse dage, så derfor er det kokken, madskribenten og grøntsagseksperter Ditte Ingemanns mission at gøre os danskere til grøntelskere med stort G. I hendes nye personlige kogebog Vegetar finder du alt fra morgenmad og snacks til mættende hovedretter, salater og søde sager. Fælles for de over 140 retter er, at de er sunde og velsmagende, og så repræsenterer de det nye grønne moderne danske køkken anno 2016. Anvend bogen til at lægge kødet helt på hylden. Eller, hvis du allerede er vegetar, til ny inspiration. Det kan også være, du bare har brug for gode ideer til kødfrie dage – du behøver ikke at være fuldtidsvegetar for at få glæde af bogen. Den afspejler Dittes eget liv, hendes køkken og den mad, hun spiser i hverdagen – hun lever ikke 100 procent vegetarisk, men kødet er det sekundære i hendes kost og grøntsagerne det primære.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Vegetar(isme) defineres som: at leve af planteføde (frugt og grønt, korn, bælgrugter, nødder og frø mv.) med eller uden mælkeprodukter og/eller æg.

Som vegetar skal man sommetider være lidt ekstra kreativ. Her kan du lade dig inspirere til lækre vegetariske retter.

Jeg har ventet rigtig længe på netop denne dag, d. 1. september - for det er nemlig dagen, hvor min nye kogebog udkommer. Weeeeeeeeeeeee! Jeg ved, at I sikkert ...

VEGETAR

[Læs mere ...](#)