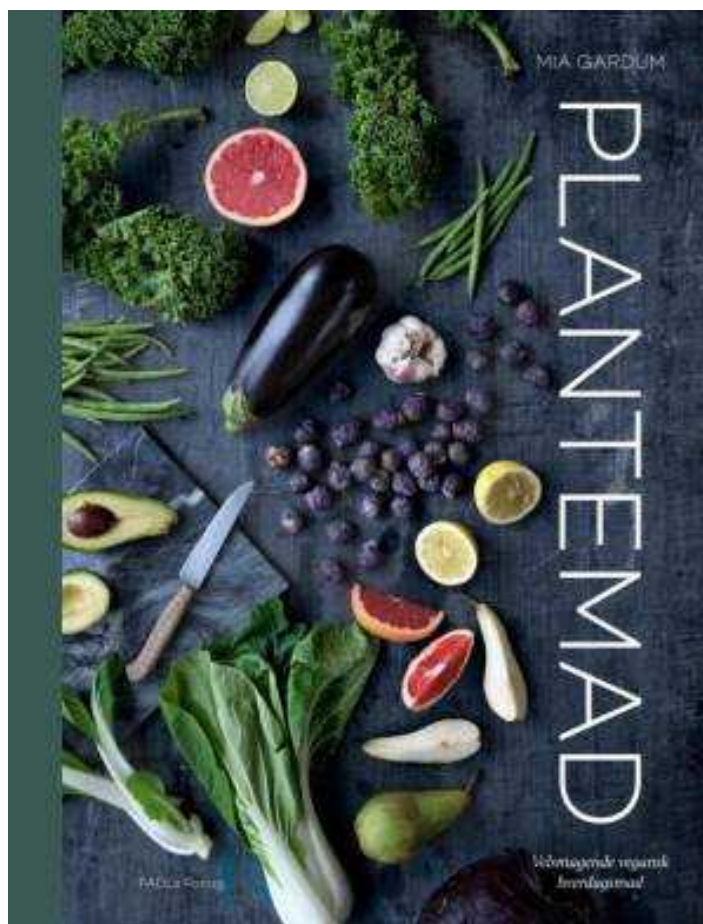


Plantemad PDF

Mia Gardum



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



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Mia Gardum
ISBN-10: 9788777498596
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 3170 KB

BESKRIVELSE

Har du lyst til mere grønt i din mad? Og leger du måske oven i købet med tanken om at blive vegetar eller veganer? Måske bare nogle af ugens dage? Så er Mias 89 nemme, velsmagende opskrifter lige noget for dig! Her får du sunde, grønne måltider i alle afskygninger: fra lette snacks, over fyldige hovedretter, til lækre fristelser til den søde tand. Retterne i "Plantemad" følger årstiderne, så du altid kan finde opskrifter med netop de grøntsager, der er i sæson og dermed er så friske som overhovedet muligt. Bogens overflod af grønne, inspirerende opskrifter er ment som en hjælpende hånd til dig, der gerne vil leve lidt sundere uden at gå på kompromis med den gode smag. Oven i købet er retterne nemme at lave – du skal ikke ud og købe en masse specialingredienser for at komme i gang. Du får også indblik i, hvorfor plantebaseret kost er god for dig, og så tager Mia dig med i sit plantebaserede køkken, hvor hun introducerer dig for sine yndlingsingredienser. Lad dig inspirere af Mia Gardums grønne og velsmagende køkken. Mia Gardum er passioneret blogger, grøntsagsentusiast og skribent.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Kilde: Don Matesz: Powered by Plants, 2013, side 259. [Link](#) . Hvorfor McDougall's »The Starch Solution? Jeg har de sidste fem-seks år undersøgt en lang række ...

På SAXO.com har vi ufatteligt mange gode bøger at vælge imellem. Hos os kan du finde Plantemad og en masse andre bøger til en god pris.

Mine migræneanfald begyndte, da jeg var fire år gammel. Min mor kaldte det »sult-hovedpine«, og hver gang jeg fik et anfald, reagerede hun ved at overfodre mig.

PLANTEMAD

[Læs mere ...](#)