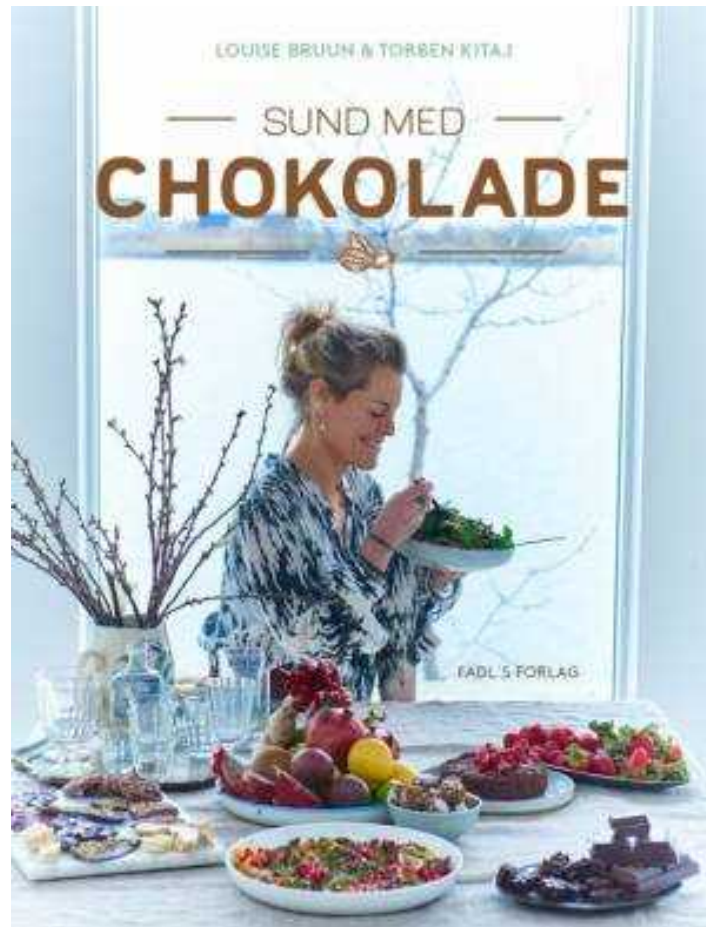


Sund med chokolade PDF

Louise Bruun



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



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Louise Bruun
ISBN-10: 9788793590168
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 1972 KB

BESKRIVELSE

En bog fuld af chokoladeoverraskelser! Vidste du, at mørk chokolade...Har en positiv effekt på blodomløbet og hjertet – og også dit tarmsystem. Er god for din hjerne og hukommelse. Gør dig gladere. 75 forførende lækre opskrifter med chokolade i centrum: Bogen her er guf for alle chokoladeelskere! Opskrifterne er udviklet af kostekspert Louise Bruun, der tryller de bedste smage frem i både morgenmad, salater og aftenretter samt desserter og snackstil hele familien. For chokolade er super velegnet til alle slagsmadoplevelser! Chokolade er en spise fuld af overraskelser: Den kan snildt indgå i både søde og salte retter. Den har sunde, gavnlige egenskaber for din krop og velvære. Og så er den lige til at gå til og nem at få fat på! Om forfatterne:Louise Bruun har arbejdet med sundhed i de sidste 20 år og elsker det! Hun er drevet af passion og interesse – og det er blevet til 11 bøger, blandt andet om antiinflammatorisk kost, samt foredrag og fjernsyn med mere. Torben Kitaj er journalist. Han har været redaktør på TV-Avisen og senest chefredaktør på Ugeskrift for Læger. Forfatter til flere bøger, bl.a. Tyskland efter 1989 og Til Gentofte.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Selvom jeg officielt har lov til at spise masser af chokolade og is (jo jo den er god nok - min sundhedsplejerske sagde det selv) kan man jo godt få lyst til lidt ...

Opskrift på Sund chokolade smoothie med masser af grønkål

Sund banankage - min yndlings sunde banankage. Kagen er fyldt med lækre og sunde ting, så den kan spises med god samvittighed.

SUND MED CHOKOLADE

[Læs mere ...](#)