

100 myter om mad PDF

Marianne Zangenberg Lynggaard



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



Forfatter: Marianne Zangenberg Lynggaard

ISBN-10: 9788793590311

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 4039 KB

BESKRIVELSE

Du må ikke genopvarme persille... Der findes et væld af husmorråd om madvarer, og du bruger måske flere af disse råd i dit eget køkken. Men kan man nu stole på dem alle sammen? I denne bog går to ernæringseksperter bag om 100 af de mest udbredte myter om tilberedning og smag af fødevarer, hygiejne og økologi og undersøger, om de har hold i virkeligheden. Du finder blandt andet svar på, om økologiske fødevarer er sundere end konventionelle, og om det er sandt, at honning kan holde sig for evigt. Man skal nemlig ikke tro på alt, hvad man hører – så gør som forfatterne, og spis brød til! Om forfatterne Marianne Zangerberg Lynggaard er cand.scient. i human ernæring og lektor på Ernæring og sundhedsuddannelsen, VIA. Derudover underviser hun i madkundskab på læreruddannelsen. Hun er oplægsholder, skriver på bloggen Ernæringskommentaren på folkeskolen.dk og arbejder for bedre rammer for mad i folkeskolen. Sara Juul Østergaard er klinisk diætist og cand.scient. i molekylær ernæring og fødevareteknologi. Hun arbejder som lektor på Ernæring og sundhedsuddannelsen, VIA. Derudover underviser hun i madkundskab på læreruddannelsen, holder foredrag og er inkarneret madentusiast.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Og giver moderne mad virkelig dårlig tarmflora? ... "100 myter om fordøjelse og kost" er den femte tilføjelse til serien "100 myter om ...

Issuu is a digital publishing platform that makes it simple to publish magazines, catalogs, newspapers, books, and more online. Easily share your publications and get ...

"Du skal stege grøntsager til aftensmad og skal nu vælge hvilket fedtstof, de skal steges i. Du vil gerne prøve at lave dem lidt sundere og har hørt, at olie ...

100 MYTER OM MAD

[Læs mere ...](#)