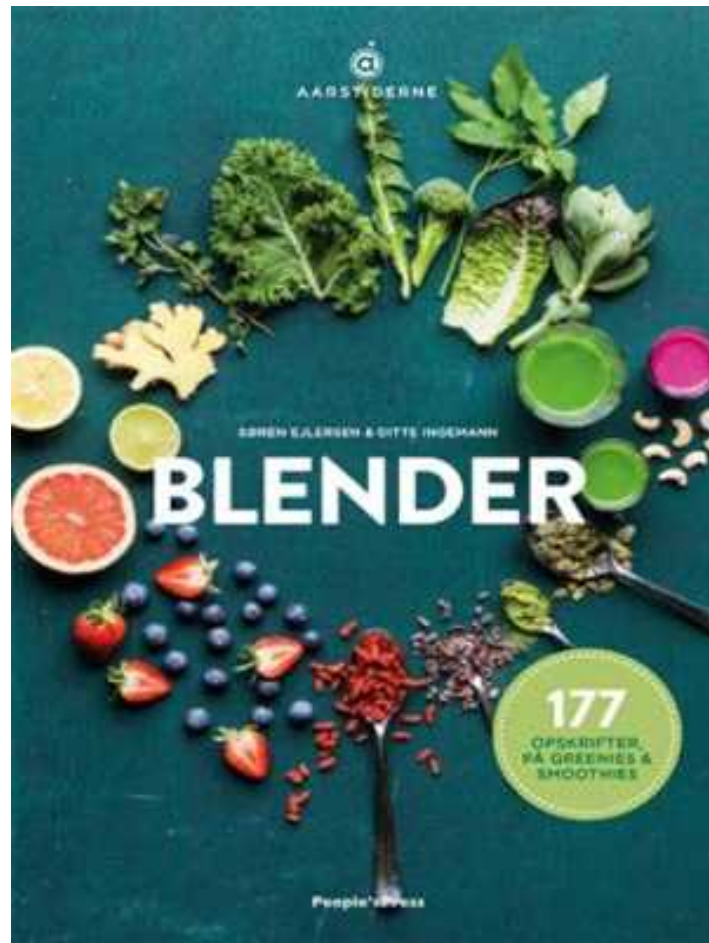


BLENDER PDF

Ditte Ingemann



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



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Ditte Ingemann
ISBN-10: 9788771594201
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 3336 KB

BESKRIVELSE

Vi har i mange år dyrket slowjuicing med saftmaskiner og juicet alt, der potentielt kan komme igennem sådan en. En af grundene til, at vi nu skal kaste os ud i at blende, er helt enkelt fibre. I en juicer eller saftmaskine går man glip af en stor mængde af de mættende og sunde fibre. I en blender får du det hele med! Når du laver drikke i en blender, åbner der sig dermed en lang række af nye muligheder. Samtidig er det økonomisk overskueligt, da der ikke er noget spild. Bogen har 177 opskrifter baseret på et stort og underfundigt univers af frugter, grøntsager, nødder, superfoods samt vilde sager. Opskrifterne er fordelt efter de to typer: Smoothies med fokus på de mildere drikke. Vi har udeladt de simple, hvor du blender en banan med en bakke hindbær og en halv liter vaniljeis, og i stedet kastet os ud i alt det, du måske ikke har set før. Greenies er de vildere og mere grønne sager. Her kommer først alle grøntsagerne i spil, derefter superfoods i alle afskygninger og selv den vilde natur er indfanget i dette kapitel. Bogen er bygget op, så du kan starte med de lidt mere milde og simple og over tid skrue op for vildskaben – om det så er med naturens vilde sager som ramsløg, kodrivere, skvalderkål eller de outrerede superfoods.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Brug for en billig blender? Vi har både med glas-, plast- og stålkande. Modeller fra KitchenAid, OBH og mange andre - Bestil i dag.

Wilfa benytter cookies for at give dig den bedste oplevelse på sin hjemmeside. Du kan læse mere om brug af cookies eller fortsætte med at bruge hjemmesiden som ...

For alternative betydninger, se Blender. (Se også artikler, som begynder med Blender) En blender er en køkkenmaskine, man kan bruge til at blande forskellige ...

BLENDER

[Læs mere ...](#)