

## LCHF 2.0 fisk & grönt PDF E-BOK

Åse Falkman Fredrikson



Författare: Åse Falkman Fredrikson

ISBN-10: 9789176177143

Språk: Svenska

Filstorlek: 4269 KB

## BESKRIVNING

LCHF 2.0: Fisk & grönt är en kunskaps- och kokbok för alla som vill plocka bort kött och fågel ur sin kost, och i stället njuta av underbara fisk- och skaldjursrecept och helt gröna rätter i vardagsformat med LCHF som fokus. En kokbok med bara fisk- och grönt som är naturligt gluten- och spannmålsfri. I boken finns många goda och nya gröna recept såväl tillbehör som kompletta middagar. Här finns recept som passar hela familjen, med alternativ som lasagne, pizza och burgare. Många vill gärna äta mer fisk och mer grönt, men när tidsbristen och tröttheten tar över är det lätt att ramla in i gamla vanor, recept och rutiner. Författarnas mål med boken är att göra det enklare att äta mer fisk och grönt till vardags. Det ska gå snabbt och smidigt att laga varierad och god vardagsmat. Njut, inspireras och smaklig spis!

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **LCHF 2.0 fisk & grönt - Bøger - CDON.COM**

LCHF 2.0: Fisk & grönt är en kunskaps- och kokbok för alla som vill plocka bort kött och fågel ur sin kost, och i stället njuta av underbara fisk- och ...

### **LCHF 2.0 Fisk & Grönt, Åse Falkman Fredrikson - tradera.com**

Rättelser av tryckfel LCHF 2.0 Fisk och Grönt. sid 42 - ordet kassiakanel ska ersättas med ordet ceylonkanel. "Vill du försöka använda kanel som medicin är ...

### **LCHF: Tappa kilon - med 8 enkla viktknep | Hälsoliv**

Hej vänner, idag blir det en bokrecension, bokrean närmar sig och hos många handlare går det redan att lägga beställningar, jag återkommer med ett nytt inlägg ...

***LÄS MER***