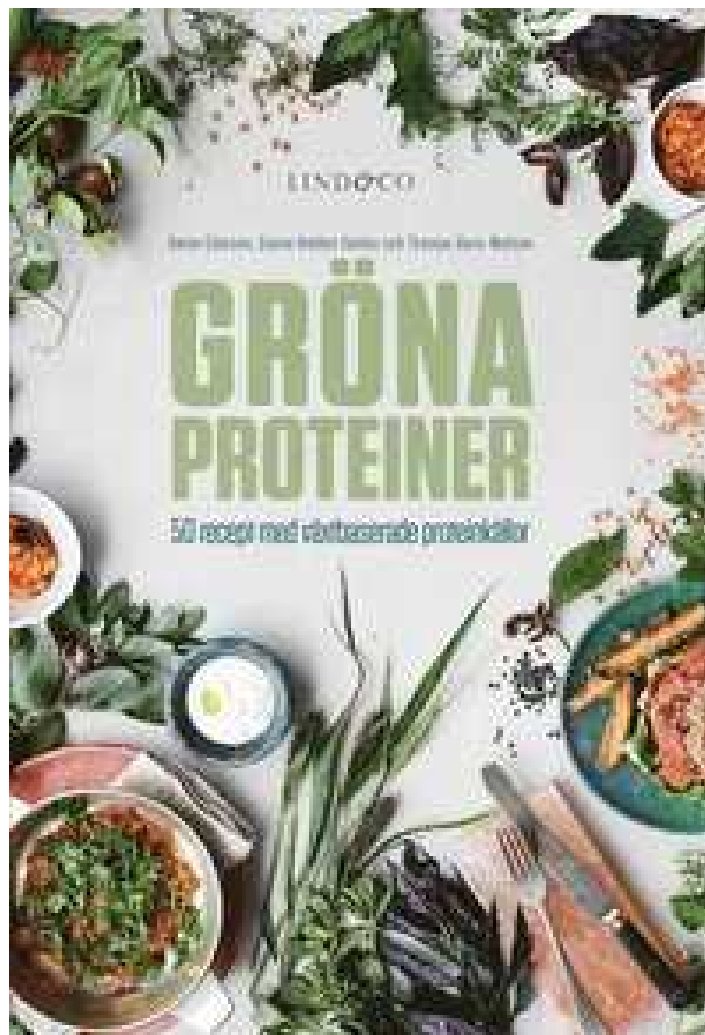


Tags: Gröna proteiner - 50 recept med växtbaserade proteinkällor epub books download; Gröna proteiner - 50 recept med växtbaserade proteinkällor ladda ner pdf e-bok; Gröna proteiner - 50 recept med växtbaserade proteinkällor las online bok; Gröna proteiner - 50 recept med växtbaserade proteinkällor e-bok apple; Gröna proteiner - 50 recept med växtbaserade proteinkällor bok pdf svenska; Gröna proteiner - 50 recept med växtbaserade proteinkällor MOBI download

---

## **Gröna proteiner - 50 recept med växtbaserade proteinkällor PDF E-BOK**

**Sara Ask,Lisa Bjärbo**



Författare: Sara Ask,Lisa Bjärbo

ISBN-10: 9789178614233

Språk: Svenska

Filstorlek: 4109 KB

## BESKRIVNING

Att äta mindre kött är bra både för miljön och för hälsan. Men för många är det just proteinet som känns svårt att ersätta när man vill gå över till en mer vegetarisk kost. Den här boken visar det stora utbud av protein som finns i växtriket och hjälper dig på vägen till ett grönare kök. Gröna proteiner innehåller 50 recept, illustrerade med vackra och inspirerande foton, på goda och lättlagade vardagsrätter, sallader, mellanmål och sötsaker. Maträtterna erbjuder flera olika vällsmakande alternativ till kött och visar vilken stor variation som finns inom det gröna köket. SØREN EJLERSEN är en av grundarna till Aarstiderne (webbaserad matbutik) och har på Lind & Co tidigare utkommit med *Fermentering* (2016). SANNE HOLDEN VENLOV och THOMAS HESS-NIELSEN har i femton år varit med och utvecklat utbudet och smakerna på Aarstiderne.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Gröna proteiner | Adlibris**

Kom igång med klassisk sauerkraut, ... 50 recept med växtbaserade proteinkällor ... Gröna proteiner - 50 recept med växtbaserade proteinkällor

### **Näringsämnen som protein - livsmedelsverket.se**

"en njutning att läsa" DAST MagazineReseng är en av de bästa yrkesmördarna i Seoul, uppfostrad av den grälsjuka ledaren Gamle tvättbjörn. Han är uppvuxen i ...

### **Växtbaserat protein (del 2) - Food Pharmacy**

Kött och mejeriprodukter är riktigt bra proteinkällor, men det finns en rad vegetariska livsmedel som också ger rikligt med protein. ... proteiner och kolhydrater.

**GRÖNA PROTEINER - 50 RECEPT MED VÄXTBASERADE PROTEINKÄLLOR**

**LÄS MER**