

Rauw eten in de Lage Landen PDF

Ria Simons



Deze site bevat slechts een fragment uit het boek. U kunt de volledige versie van het boek downloaden via de onderstaande link.



Schrijver: Ria Simons
ISBN-10: 9789460151156
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 1355 KB

OMSCHRIJVING

Dit boek brengt de rauwe keuken smaakvol tot leven. Maar naast smaakvol is deze keuken vooral heel gezond. Door voeding niet boven de 45 °C te verhitten blijven alle enzymen, vitaminen en mineralen behouden. De meer dan 120 recepten in dit oorspronkelijk Nederlandse boek zijn afgestemd op de energiebehoefte van mensen in 'de Lage Landen' en het klimaat met zonnige maar ook veel koude en natte dagen. De producten die worden gebruikt worden veelal dicht bij huis geproduceerd. Zo wordt een weg dwars door de rauwe keuken geschetst en voeg je moeiteloos meer rauw toe aan je dagelijkse menu. Ria Simons deed een opleiding in de natuurgeneeskundige voedingsleer. Vanuit interesse en passie voor voeding heeft zij zich volledig in de voedingsstijl van rauw eten verdiept.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Rauw eten in de Lage Landen (hardcover). Dit boek brengt de rauwe keuken smaakvol tot leven. Maar naast smaakvol is deze keuken vooral heel gezond. Door ...

Andere landen hebben weer gerechten, die de mensen daar eten. Maar soms hebben landen een delicatessen, ... Maar in Korea is de vis wel erg rauw.

En zien we dit niet in landen waar veel groenten en fruit worden gegeten. ... de dieren dus? Wil je rauw eten, prima, wil je dat niet, prima.

RAUW ETEN IN DE LAGE LANDEN

[Lees verder...](#)