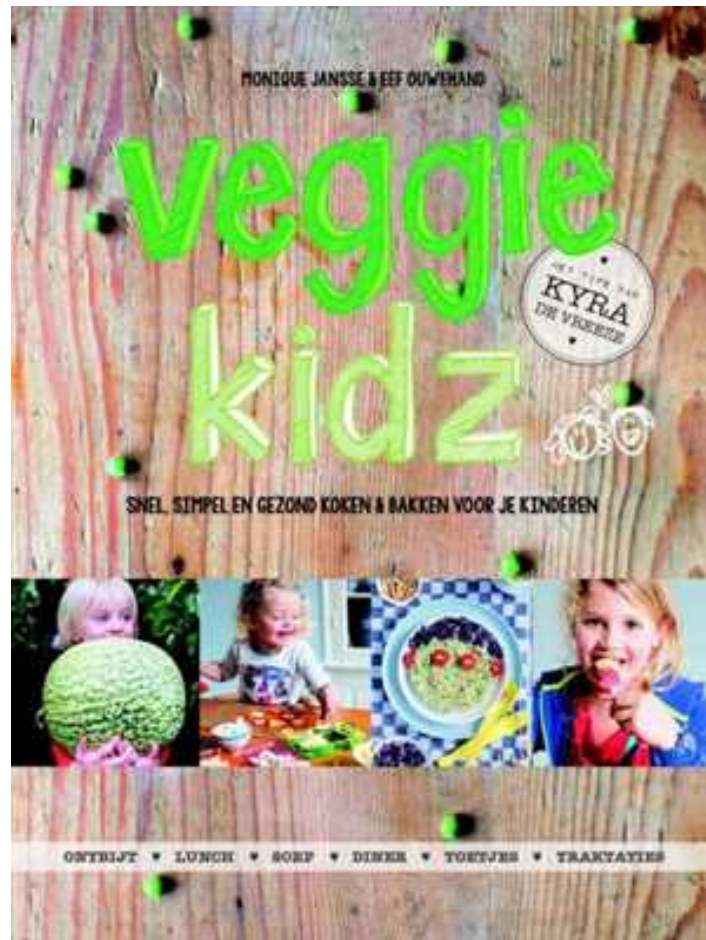


Veggie kidz PDF

Kyra de Vreeze



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



Schrijver: Kyra de Vreeze
ISBN-10: 9789021556567
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 3081 KB

OMSCHRIJVING

Veggie Kidz is het vrolijke vegetarische kookboek voor ouders die verantwoord voor hun kinderen willen koken en bakken. Met zo veel mogelijk verse en pure ingrediënten. Niet uitsluitend voor vegetariërs, maar voor iedereen die op zoek is naar fijne recepten op de dagen dat je geen vis of vlees eet. Co-auteur en Body & Mind Chef Kyra de Vreeze laat zien dat vegetarisch ook 100% voedzaam is, geeft voedingsadvies bij tien veelvoorkomende kinderkwalen, bespreekt de top 50 beste voedingsmiddelen en beantwoordt actuele vragen rondom kinderen en gezonde voeding. Smakelijke recepten voor alle eetmomenten van de dag: ontbijt, lunch, diner, toetjes, tussendoortjes en traktaties. De auteurs gaan op zoek naar antwoorden op vragen als: - Hoe zorg je ervoor dat een vegetarische maaltijd genoeg voedingsstoffen bevat? - Welke groente en fruit koop je bij voorkeur biologisch? - Welke graansoorten zijn het beste voor mijn kind? - Hoe (on)gezond is zuivel eigenlijk? - Welke invloed heeft voeding op de hersenontwikkeling? Veggie Kidz laat zien dat goed en gezond eten met je kinderen helemaal niet moeilijk en vooral heel leuk is.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Snel, simpel en gezond koken en bakken voor je kinderen Veggie Kidz is het vrolijke vegetarische kookboek voor ouders die ...

Want more recipes? [click anywhere here to sign up for free weekly. recipes,tips & plant-based advice!](#)

Veggie kidz, Kyra de Vreeze: gezond koken voor je kinderen. Veggie Kidz is een 100% vegetarisch kookboek, ideaal als je de kinderen vegetarisch wil opvoeden

VEGGIE KIDZ

[Lees verder...](#)