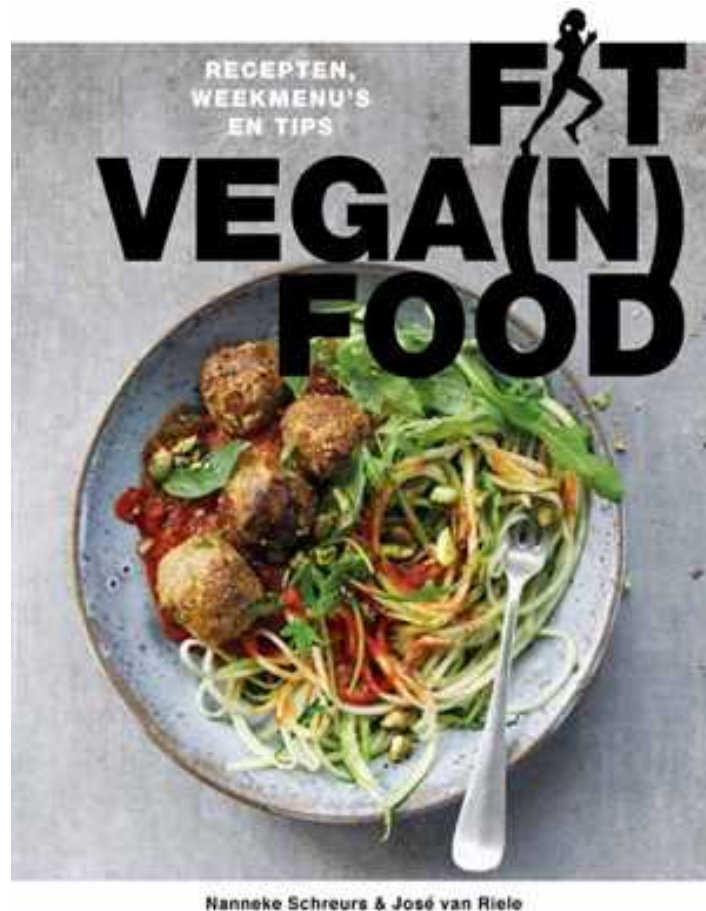


Fit vega(n) food PDF

Nanneke Schreurs



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



Schrijver: Nanneke Schreurs

ISBN-10: 9789021569635

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 3350 KB

OMSCHRIJVING

Fit Vega(n) Food van Nanneke Schreurs en José van Riele is een boek voor iedereen die graag sport én er liever een plantaardige lifestyle op nahoudt. Of natuurlijk als je gewoon niet elke dag met kip, broccoli en rijst naar de gym wilt, maar wel het aandeel eiwitten in je voeding hoog wilt houden. Dit unieke informatieve kookboek legt uit hoe je met een actieve levensstijl voldoende plantaardige voedingsstoffen binnenkrijgt – of je nu een weekend- of topsporter bent. Fit Vega(n) Food bevat 75 recepten inclusief kleurencode per voedingsgroep, zodat in één oogopslag duidelijk is of er voldoende eiwitten in het recept zitten. Natuurlijk is het ook gewoon heel lekker. Met medewerking van ambassadeurs van de plantbased lifestyle, zoals Vivian Reijs, Nicolien Sauerbrij en Leontien van Moorsel.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Fit Vega(n) Food van Nanneke Schreurs en José van Riele is een boek voor iedereen die graag sport én er liever een plantaardige lifestyle op nahoudt. Of natuurlijk ...

Established Since 1998 - Factory Producing Exclusively Vegetarian & Vegan Food since 1998 - Not Affiliated with any Meat Food Factory

Fit Foods is er voor iedereen die houdt van lekker eten en geen zin heeft om zelf in de keuken te staan.

FIT VEGA(N) FOOD

[Lees verder...](#)