

## Zo gezond is kool PDF

Hildegard Müller



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



**DOWNLOAD PDF**

Schrijver: Hildegard Müller

ISBN-10: 9789044745207

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 1061 KB

## **OMSCHRIJVING**

is de nieuwe gezonde allrounder onder de groenten, die zich in elk seizoen op vele manieren creatief laat bereiden: in smoothies, vitaminerijke salades of soepen, maar ook als hoofdingrediënt in pastagerechten. Maar er is meer! Wat dacht u van een koolrabiburger, bloemkoolpizza of trendy boerenkoolchips? Kool is echt superfood! Dankzij het hoge gehalte aan mineralen en vitaminen zijn de verschillende koolsoorten een absolute must in een evenwichtige voeding. Met dit kookboek slaagt u erin om elke dag de gezonde kool op het menu te zetten! Ontdek zelf hoe lekker en gezond kool is!

## **WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Niks zo gezond als verse groenten, toch? Dat geldt niet per se voor kool, blijkt uit een onderzoek van Wageningen University. Gesneden broccoli, bloemkool en andere ...

Zo gezond is kool van Hildegard Moller (gebonden). is de nieuwe gezonde allrounder onder de groenten, die zich in elk seizoen op vele manieren creatief laat bereiden ...

Als we iets op ons bord hebben liggen, weten we vaak niet hoe gezond of ongezond het is en wat het precies met ons lichaam doet. Zo is het ook met zuurkool.

## ZO GEZOND IS KOOL

[Lees verder...](#)