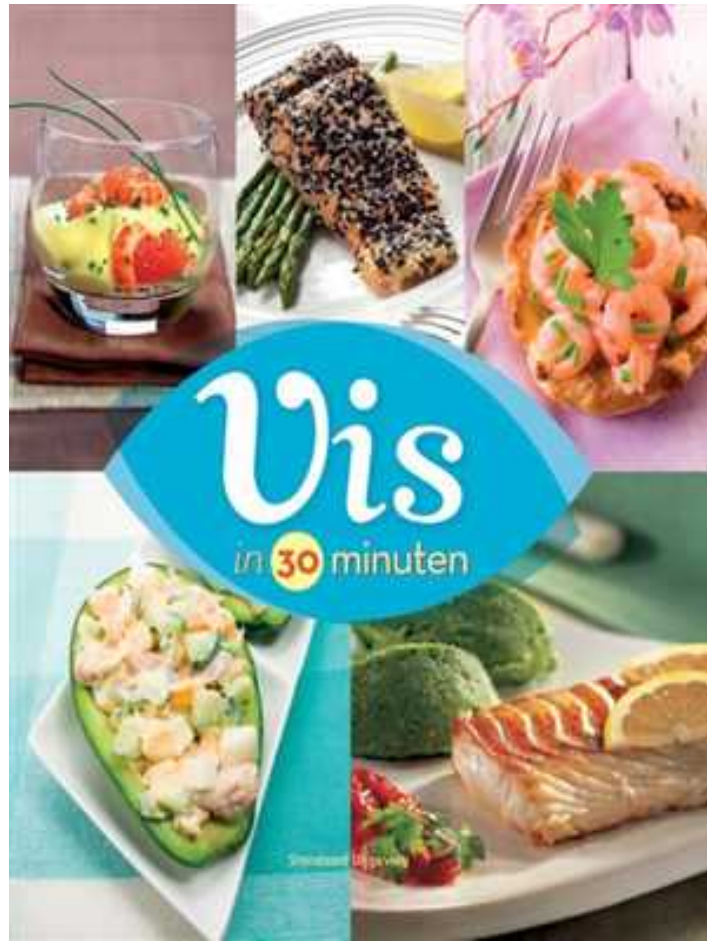


## Vis in 30 minuten PDF

none



*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: none

ISBN-10: 9789002252051

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 1742 KB

## OMSCHRIJVING

De populariteit van vis, schaal- en schelpdieren is de laatste jaren sterk toegenomen. Voedingsdeskundigen raden ons aan om twee keer per week vis te eten. Vette vis mag niet op het menu ontbreken, omdat hij rijk is aan omega 3-vetzuren. Vis is gelukkig ook erg lekker en snel klaar te maken. Dat blijkt ten overvloede uit Vis in 30 minuten. Met vis, schaal- en schelpdieren kun je eindeloos variëren. Er is keuze uit talloze soorten: kabeljauw, zalm, pladijs, heilbot, roodbaars, victoriabaars, tilapia, garnalen, mosselen, scampi en nog veel meer. Bovendien kunnen ze op diverse manieren worden bereid: gebakken, gepocheerd, in papillot, in de wok of op de barbecue... Al deze vissoorten en bereidingswijzen komen aan bod in Vis in 30 minuten. Een greep uit het aanbod: zalmwok met broccoli en cashewnoten, gepocheerde tong in kokossaus, zeeduivel met romige tomatensaus of pittige gamba's met mangodressing. Variatie genoeg dus, maar één ding hebben de recepten gemeen: ze zijn allemaal gemakkelijk en snel te maken. Dus laat je inspireren en ga aan de slag. Er is geen enkele excuus meer waarom je vis niet op het menu zou zetten.

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

Heb je haast? Op zoek naar een makkelijk recept dat snel klaar is? Wij hebben talloze snelle, gemakkelijke recepten waarmee het eten binnen een half uur op tafel staat.

A 30 Minutes Timer. Use this timer to easily time 30 Minutes. Fullscreen and free!

30 minute meals.. Vol goede moed heb ik afgelopen week het nieuwst kookboek van Jamie Oliver besteld. Via verschillende blogs had ik al wat lekkere ...

**VIS IN 30 MINUTEN**

[Lees verder...](#)