

Gezond gulzig met Lien PDF

Lien Willaert



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: Lien Willaert
ISBN-10: 9789089315632
Taal: Nederlands
Bestandsgrootte: 1585 KB

OMSCHRIJVING

g ulzigheid een hoofdzonde? Niet als je Lien Willaert heet! Door haarkleine ingrepen zorgt ze er met haar (h)eerlijke recepten voor dat je ongemerkt minder calorieën en meer gezonde voedingsstoffen binnen krijgt. Enzo kan je complexloos volmondig genieten. Want wat is er leuker dan dat? In haar nieuwste boek speelt ze bovendien opnieuw open kaart en geeft ze informatie over voeding, over calorieën, over vetten en koolhydraten en zoveel meer. Ze werkte hiervoor samen met het excellentiecentrum Food2Know van de universiteiten van Gent, Antwerpen en Brussel. Bij elk recept krijg je de voedingswaarde, zodat je precies weet wat je eet. Dus laat die donkere wintermaandenvol gezellige televisieavondjes met comfort food maar komen. Met de recepten uit 'Gezond Gulzig met Lien - herfst/winter' hoef je er de extra winterkilo's dit jaar niet bij te nemen. Stiekeme diëtiste Lien Willaert leert hoe je kan genieten van eten als een echte Bourgondiër, zonder je schuldig te moeten voelen!

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

'Gezond gulzig met Lien, lichte recepten voor donkere dagen' door Lien Willaert, Beatrijs Vermaercke -
Onze prijs: €24,95 - Vandaag voor 23:00 uur besteld, morgen ...

Deze pin is ontdekt door Bibliotheek Tremelo. Ontdek (en bewaar!) je eigen pins op Pinterest.

Gezond gulzig met lien: Na 'Liens Lichte Klassiekers' en 'Gezond gulzig (herfst/winter)' haalt Lien Willaert haar trukendoos boven om via kleine ingrepen nu ...

GEZOND GULZIG MET LIEN

[Lees verder...](#)