

## Plant & eter PDF

Evelien Rozema



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



Schrijver: Evelien Rozema  
ISBN-10: 9789050116466  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 1029 KB

## OMSCHRIJVING

Alles over de gezonde werking van plantaardig voedsel: groente, fruit en noten. Planten bevatten een diversiteit aan natuurlijke smaak-, geur- en kleurstoffen en zitten vol essentiële voedingsstoffen. Plant & eter is een aanrader voor iedereen die meer wil weten over plantaardige voeding en de werking van voedingsstoffen in ons lichaam. En er staan 21 recepten in die hartstikke lekker zijn! In Amerika is het een hype: Plant-based cooking & nutrition. In culturen waar mensen bovengemiddeld lang leven speelt een gezonde levensstijl een belangrijke rol. Ben je op zoek naar gezond voedsel dat je helpt je energie op peil te houden en wil je meer weten over de voordelen van een vegetarisch of plant-based dieet? Dit boek laat zien hoe natuurlijke stoffen uit plantaardig voedsel werken in het lichaam en bijdragen aan een gezonde levensstijl.- Alles over natuurlijke plantenstoffen en hun effecten op de gezondheid- Met smakelijke recepten voor een vegetarisch en plant-based dieet- Met praktijktips van medewerkers uit de Botanische tuinen voor in de eigen tuin"De werking van vezels uit haver fascineert me net zoveel als het maken van perfecte eiwitpieken voor macarons."Evelien Rozema studeerde biofarmaceutische wetenschappen en specialiseerde zich later in plantenstoffen. Rozema heeft een passie voor koken met plantaardig voedsel. Zij geeft regelmatig lezingen over planten, voeding en gezondheid.planten, botanie, plantaardig voedsel, groente, fruit, vegetariër, vegetarisch eten, vegetarisch koken, vegetarische recepten, vegetarisch kookboek, vegetarische voeding, gezonde leefstijl, gezonde levensstijl, eten uit de natuur

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Het Boomkwekerijmuseum in Boskoop toont zijn hart voor groen en cultuur in de tijdelijke expositie. Plant & eter Zonder groene planten is er geen leven op aarde!

Nederlands: ·dier dat uitsluitend plantaardig voedsel eet

Mijnwoordenboek.nl is een onafhankelijk privé-initiatief, gestart in 2004. Behalve voor het vertalen van woorden, kunt u bij ons ook terecht voor synoniemen ...

## **PLANT & ETER**

[Lees verder...](#)