

## Eten met plezier PDF

Anke Spijker



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



Schrijver: Anke Spijker  
ISBN-10: 9789491549700  
Taal: Nederlands  
Bestandsgrootte: 2899 KB

## OMSCHRIJVING

Je hebt hoge bloeddruk en moet daarom zoutarm eten: is dat nog lekker? Je bent nierpatiënt en moet met van alles rekening houden: zit je dan nog wel voor je plezier aan tafel? Ja, is het antwoord op beide vragen, eten blijft een plezier. Dit boek leert je omgaan met de beperkingen die een dieet met zich mee brengt en het bevat veel informatie over voedingsstoffen. Jaarlijks kampen ongeveer een half miljoen mensen met hoge bloeddruk en dit kookboek is een steun in de rug om daar op smakelijke wijze iets aan te doen. De met zorg samengestelde recepten (met smaakvolle foto's) variëren van Hollandse pot tot gerechten van ver over de grens. Per portie zijn ook de voedingswaarden vermeld. Dit alles staat garant voor veel kook- en leesplezier. Op de bijbehorende website [www.dieetinzicht.nl](http://www.dieetinzicht.nl) kun je onder andere de voedingswaarden van je persoonlijke dagmenu berekenen.

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Eten met plezier is een jubileumuitgave van het Hans Mak Instituut. Een instituut dat is opgericht door onder andere de Nierstichting en de Nierpatiënten Vereniging ...

Welkom bij Eten Met Plezier Diëtistenpraktijk voor jong tot oud! Een gezond voedingspatroon is de basis voor een gezond leven. Maar eten is niet alleen belangrijk ...

Wil je weten hoe je eten met je kind leuk kan maken? Eten met Plezier in Boxtel inspireert je!

## **ETEN MET PLEZIER**

[Lees verder...](#)