

Vijf seizoenen op je bord PDF

Katrien Cocquyt



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: Katrien Cocquyt

ISBN-10: 9789058266453

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 3376 KB

OMSCHRIJVING

Volg het ritme van de seizoenen in dit originele kookboek en voel je vitaal. Zuiveren met kiemen, kruiden, gerst en zuurkool in de lente. Zalig zomers genieten van tabouleh, polenta-pizza, minestrone en kleurrijke salades. De nazomer plukken met courgettes en pompoenen, maïs en prinsessenbonen. Koken met rijst, knolselder, paddenstoelen of appel in de herfst. Heropladen met gember, vissoep, stevige stoofschotels of uienbroodjes in de winter. Welke invloed heeft een seizoen op je lichaam? Hoe breng je je lichaam in harmonie met elk jaargetijde? Welke zijn specifieke producten en bereidingswijzen die aansluiten bij het seizoen? In meer dan 100 recepten, met aangepaste ingrediënten en kookmethodes per seizoen, leer je bewust met voeding omgaan en spelen met smaken, geuren en kleuren in je eigen keuken. Ervaar de weldaad van bewust gekozen voeding op je gezondheid, vitaliteit en gemoed. Zorg voor jezelf en streef naar je lichamelijke en mentale evenwicht. Met boeiende tips, weetjes en productinfo. Katrien Cocquyt verdiepte zich na haar studies van diëtiste in alternatieve voedingssystemen. Ze is actief als voedingsconsulente en shiatsu-therapeute en geeft kooklessen in binnen- en buitenland. Ze specialiseerde zich als natuurgids en herboriste.

WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?

Eten volgens de vijf seizoenen. Redactie ... De bediening legt je precies uit wat er op je bord ligt en waarom: "De lente is de voorbereiding op wat er komen gaat.

De familie Kardashian en Jenner heeft een nieuw contract getekend voor vijf seizoenen van het ... 'Kardashians nog vijf seizoenen op tv ... en royals in je inbox ...

Vijf seizoenen op je bord | ISBN 9789058266453 direct en eenvoudig te bestellen bij Boekhandel De Slegte. Uniek aanbod (tweedehands) boeken.

VIJF SEIZOENEN OP JE BORD

[Lees verder...](#)