

## Mijn pure keuken PDF

**Pascale Naessens**



*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: Pascale Naessens

ISBN-10: 9789020926651

Taal: Nederlands

Bestandsgrootte: 1133 KB

## OMSCHRIJVING

Als model heeft Pascale Naessens jarenlang een strijd gevoerd met haar eetgewoontes. Ze weigerde een leven te leiden waarbij ze calorieën moest tellen en niet meer kon genieten van koken en tafelen. En dus ging ze op zoek naar een andere manier van eten waarbij ze lekker en voldoende kon eten mét respect voor haar lichaam en lijn. Naar een manier die zowel het model, de levensgenieter als de romanticus in haar tevreden stelde. En haar echtgenoot Paul Jammers, want de liefde van de man gaat immers door de maag. Pascale vond haar evenwicht in de pure keuken waar ze van kon genieten zonder schuldgevoel. De basis van deze keuken zijn goede combinaties, gezonde ingrediënten en de juiste vetten. De verrassing zit 'm in de eenvoud. Haar gerechten zijn speciaal en toch eenvoudig, ook om te bereiden. Al haar recepten en ondervindingen bundelde ze in haar eerste kookboek *Mijn pure keuken*. Een boek met veelal mediterraan geïnspireerde recepten op basis van vis, olijfolie, groenten en verse kruiden. En af en toe een stukje vlees voor de vitamine B12. Alle gerechten zijn samengesteld volgens een combinatie-dieet: niemand zal er dus van verdikken en er zal eindelijk komaf gemaakt worden met dat opgeblazen gevoel. Pascale en Paul kiezen bewust voor de pure keuken en laten de romantiek hoogtij vieren aan tafel. Lees hier het interview met Pascale Naessens.

**WAT ZEGT GOOGLE OVER DIT BOEK?**

Info over recepten mijn pure keuken. Resultaten van 8 zoekmachines!

Mijn pure keuken 1 direct en eenvoudig bestellen uit voorraad bij kookboek-kopen.nl. De online kookboeken specialist.

Mijn pure keuken 1 & 2 - Speciale 24Kitchen-editie | ISBN 9789401433969 direct en eenvoudig te bestellen bij Boekhandel De Slegte. Uniek aanbod (tweedehands) boeken.

## **MIJN PURE KEUKEN**

[Lees verder...](#)