

## Baka med bönor PDF

Lina Wallentinson



*Det här är bara ett utdrag ur Baka med bönor bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



**DOWNLOAD PDF**

Författare: Lina Wallentinson

ISBN-10: 9789174248647

Språk: Svenska

Filesize: 1223 KB

## BESKRIVNING

Baka med bönor nästa gång du ska bjuda på hembakat - ett enkelt och smart sätt att få in mer av de nyttiga baljväxterna i din kost. Bönor, ärter och linser är näringsmässigt en fullträff som både sänker blodsockret och ger bättre GI-värde. Lite bönor i degen ger också saftighet och struktur och det går att minska och i vissa fall helt utesluta gluten i brödet. Lina Wallentinson har skrivit en härlig bok om hur du bakar alltifrån knapriga knäckebröd och matbröd till paj, pizza, salta kex, söta mjuka kakor och småkakor. Hon berättar vad du ska tänka på och ger recept på godsaker som du aldrig skulle gissa att det var bönor i.

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Baka med bönor? - Någon här som brukar baka med bönor? Mest bröd jag tänker på. Söker recept på bröd med bönor i. El...

Pris: 188 kr. inbunden, 2018. Skickas inom 1-2 vardagar. Köp boken Baka med bönor av Lina Wallentinson (ISBN 9789174248227) hos Adlibris. Fri frakt. Alltid bra ...

Testade den här kakan igår. Har provat att baka med bönor förut (black bean brownies) men har då känt en slags besk bismak..

## BAKA MED BÖNOR

[Fortsätt läsa...](#)