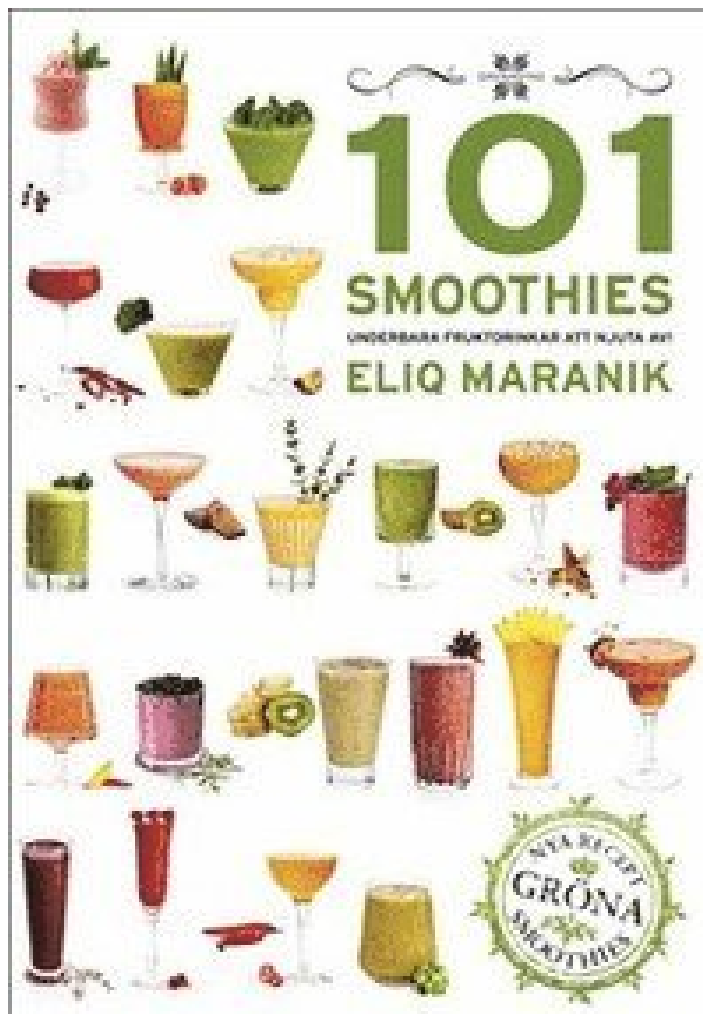


101 Smoothies : underbara fruktdrinkar att njuta av! PDF

Eliq Maranik



Det här är bara ett utdrag ur 101 Smoothies : underbara fruktdrinkar att njuta av! bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



DOWNLOAD PDF

Författare: Eliq Maranik
ISBN-10: 9789188397072
Språk: Svenska
Filesize: 2373 KB

BESKRIVNING

101 smoothies är en av Sveriges mest sålda smoothiebok, och den absoluta guiden till smoothievärlden för dig som vill ha kul i köket och skapa läckra och näringsrika fruktdrinkar. Ett kapitel om Eliq's favoriter, gröna smoothies, är nytt i denna uppdaterade utgåvan. Här lär du dig att enkelt göra supergoda smoothies och att det finns mycket att vinna på att tillaga allt från grunden i stället för att köpa hel- eller halvfabrikat. Naturligtvis bygger recepten på ett ekologiskt miljötänk och vikten av att köpa närodlat och säsongsanpassat. För snabb och lätt överblick är de 101 recepten indelade i fyra kategorier: frukt- och bärsmoothies, frukost- och yoghurtsmoothies, nytt kapitel om gröna smoothies och smoothie bowls. Boken innehåller också en presentation av varje frukt och grönsak när på året de är som bäst, var i världen de odlas, när de skördas samt hur de bör förvaras för att få ut bästa möjliga smak. Dessutom finns kortfakta om hur de bäst fryses in, vilka verktyg som är bra att ha till hands samt tips om servering och garnering. 101 smoothies, en svenskskriven bok som utgår från vårt utbud av frukt och grönt, vann första pris i sin kategori vid Måltidsakademien 2012 och silvermedalj på den internationella Gourmand Awards 2013. Om Författaren Eliq Maranik har skrivit ett flertal storsäljande mat- och dryckböcker som fått priser både i Sverige och utomlands. Idag är böckerna översatta till ett tiotal språk och finns utgivna i närmare trettio länder. Hennes smoothiebok, 101 smoothiesunderbara fruktdrinkar att njuta av, är såld i över 30 000 exemplar bara i Sverige, vann första pris i sin kategori vid Måltidsakademien 2012 och silvermedalj på den internationella Gourmand Awards 2013.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Bolibompa - Intro (1991) ... Cow Cow Bulldozer Truck | Learn Shapes Cow Grass W Cartoon 3D Nursery Rhymes | Songs For Children - Duration: 11:14.

Adobe Spark's free online video intro maker helps you easily create your own custom video introductions in minutes, no design skills needed.

101 SMOOTHIES : UNDERBARA FRUKTDRINKAR ATT NJUTA AV!

[Fortsätt läsa...](#)