

ALLES OVER DE

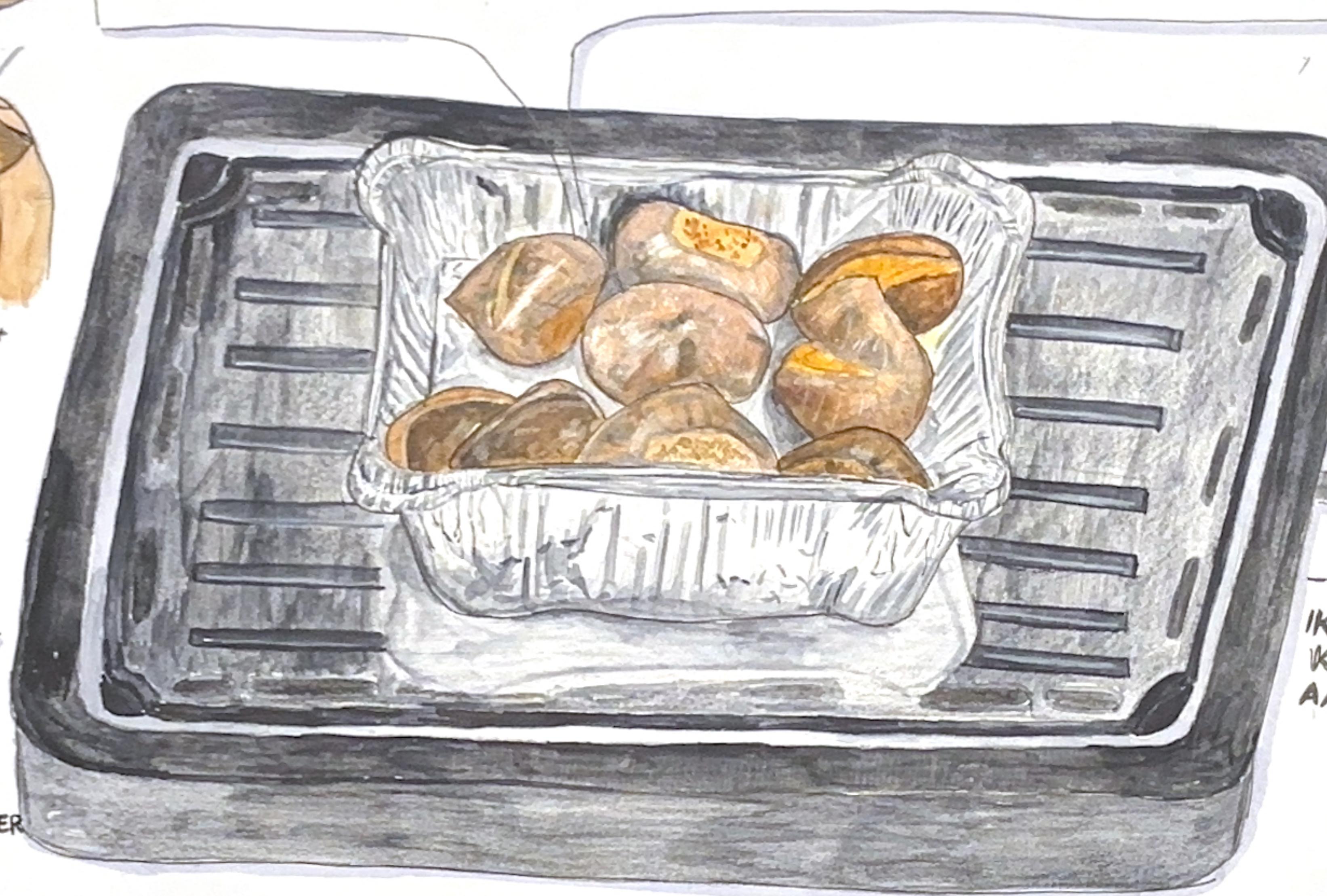
GEPOFT KASTANJE

DE Schil komt er soms best lastig af!



JE KAN DE VRUCHT Eten

KASTANJE IS RIK AAN ANTIOXIDANTEN EN HELPT ONTSTEKINGEN TE VERMINDEREN

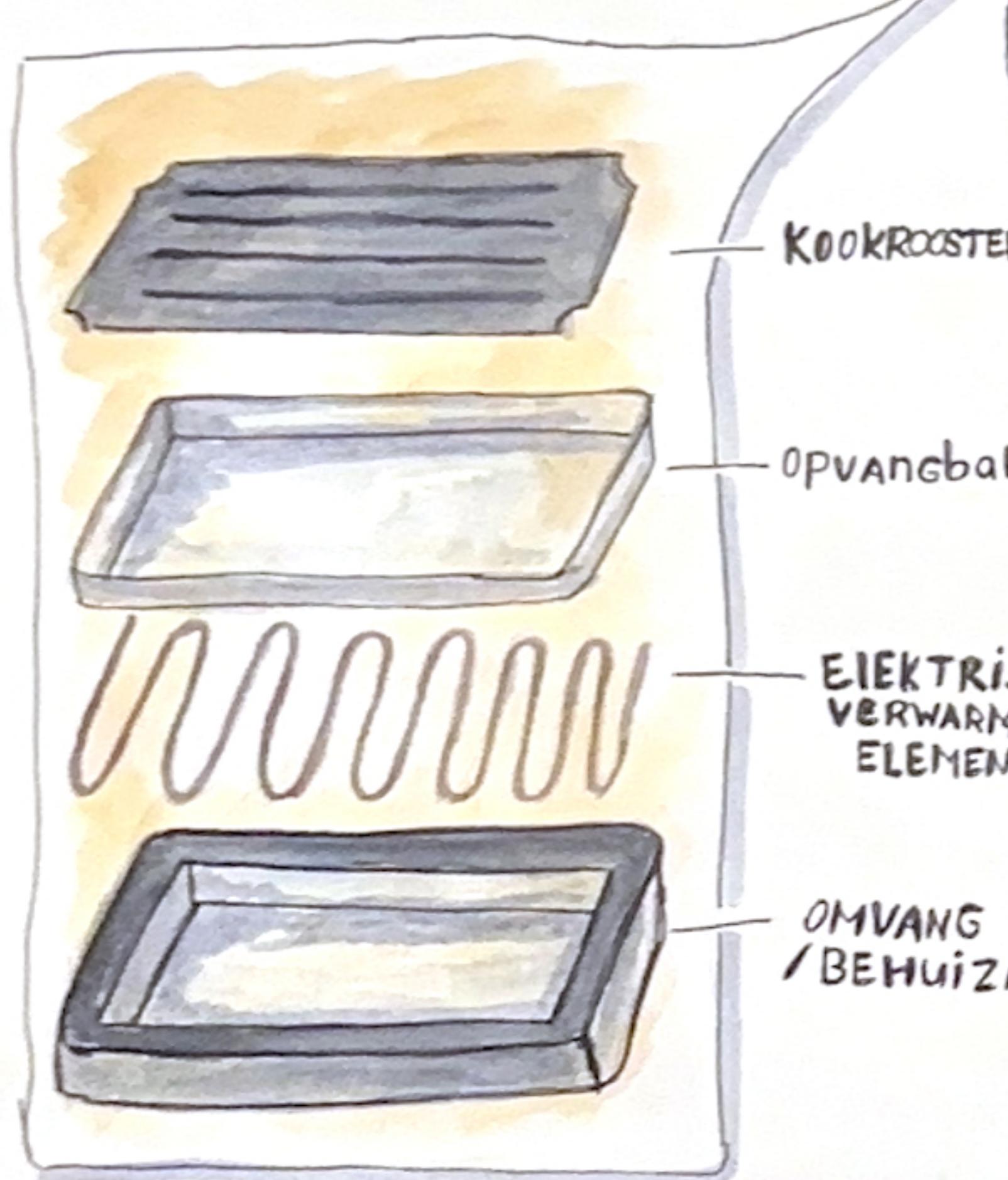


- ZO TROF IK DE GEPOFT KASTANJES AAN

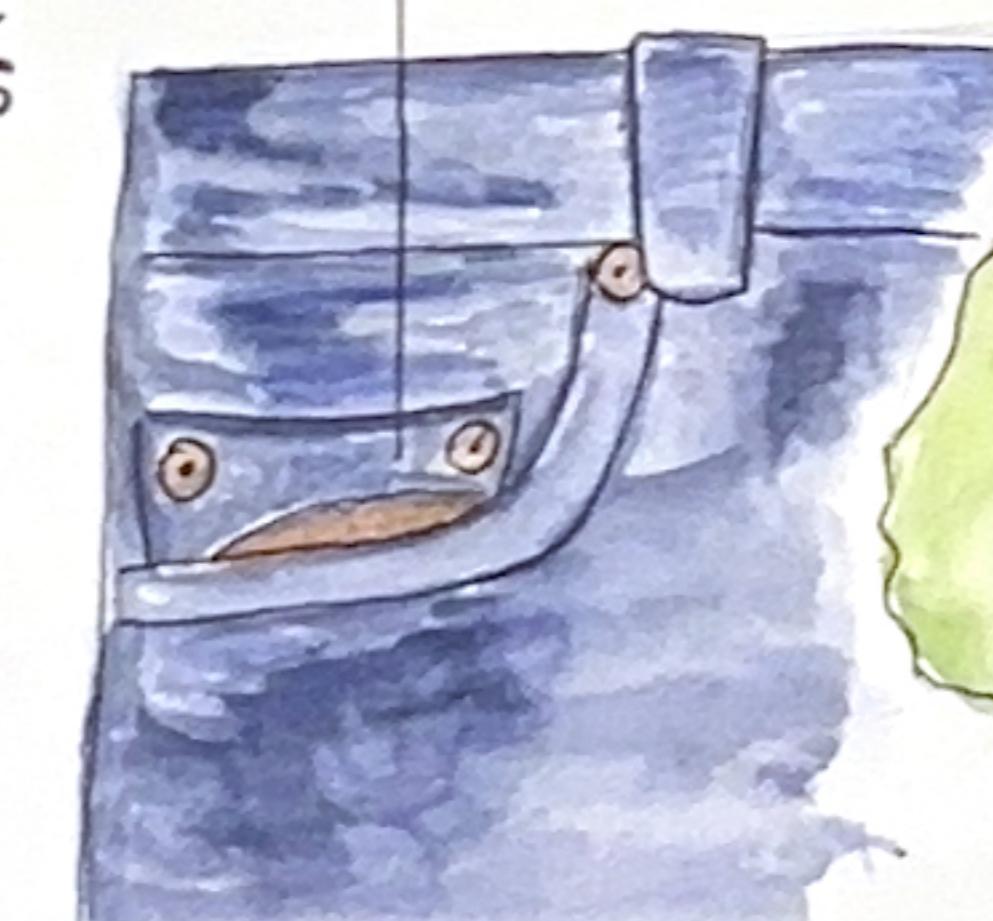


OP DE MARKT
GEBRUIKT HIJ EEN MES ZOALS DEZE,

OM ER VOORAF DE KASTANJE EEN KRUIS OF EENSNEE TE GEVEN



VROEGER STOPTE ZE EEN KASTANJE IN DE BROEKZAK OMDAT HET ZOU HELPEN TEGEN REUMA

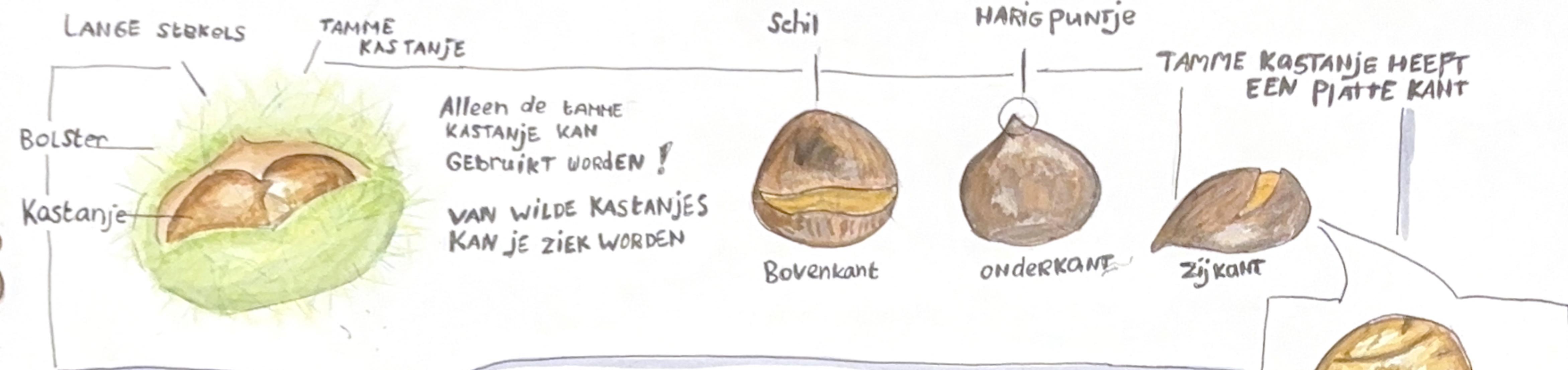


DE TAMME KASTANJE KOMT OORSPRONKELIJK UIT HET MIDDENLANDLESE ZEEGEBIED, NOORD-AFRIKA EN WEST-AZIE



HIERMEE WORDEN ZO OP DE MARKT WARM GEHOUDEN

ZEWORDEN IN EEN GROTE PANGEPOFT



Zijkant vrucht



DOORSNEDE VRUCHT

OP DE MARKT
GEBRUIKT HIJ EEN
MES ZOALS DEZE,

OM ER VOORAF DE
KASTANJE EEN KRUIS
OF EENSNEE TE GEVEN