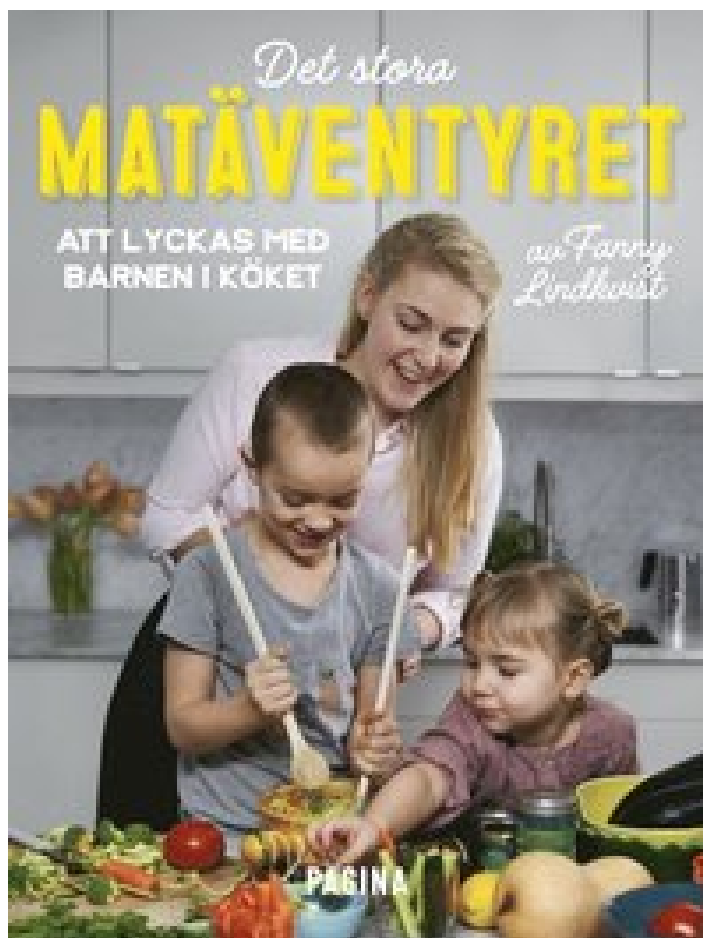


Det stora matäventyret PDF

Ann Fernholm



Det här är bara ett utdrag ur Det stora matäventyret bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



DOWNLOAD PDF

Författare: Ann Fernholm
ISBN-10: 9789163612541
Språk: Svenska
Filesize: 4488 KB

BESKRIVNING

Det här är boken för dig som vill ha mer tid med barnen. Och för barnen är det en chans att lära sig nya spännande saker tillsammans med sina föräldrar. Att laga mat med sina barn är utmanande, lärorikt och roligt. Men hur lagar man mat med barnen utan att det blir fullt kaos på köksbänken, i kastrullerna och i resten av köket? Hur får man barnen att behålla fokus och intresse? Och hur lagar man god mat som också är nyttig? I den här boken finns svaren. Den är maxad med matinspiration för hela familjen. Recepten är fria från gluten, mjölk och socker. De är enkla att följa, med få ingredienser och moment. Allt är fiffigt uppdelat i hur man äter saker, till exempel: äta med händerna, dricka och äta med sked. Fokus ligger på ren och naturlig mat utan tillsatser. Ekotänket är påtagligt och det finns många tips på hur man lever renare och hållbart. Här finns även många praktiska tips för att underlätta matplaneringen, samt annan kul inspiration kopplat till mat - som hur man groddar och planterar kärnor och förbereder ett nyttigare barnkalas. Men kanske viktigast av allt är att matlagningen sker på barnens nivå, med alla de knep och tips som krävs för att få dem engagerade. Stoltheten i ett par barnögon som lagat en måltid till resten av familjen är oslagbar. Det är inte bara barnets självkänsla som stärks, att laga mat tillsammans brukar också leda till att barnen får bättre aptit - något många föräldrar kämpar med.

VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

Jag måste bara tipsa om att min kokbok, Det stora matäventyret återigen finns i begränsad upplaga i signerad form hos min partner Bodystore.com. Jag har även ...

Inlägget innehåller annonslänkar till Bodystore God morgon! Åh.. det har ju som vanligt varit en intensiv höst med många projekt, resor, ny...

Det Stora Matäventyret - Boken om hur matlagning tillsammans med dina barn blir enklare, lärorikt och roligt! Hur lyckas man egentligen så att det inte blir kaos i ...

DET STORA MATÄVENTYRET

[Fortsätt läsa...](#)