

## Middag på 15 minuter PDF

Jamie Oliver



*Det här är bara ett utdrag ur Middag på 15 minuter bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



Författare: Jamie Oliver  
ISBN-10: 9789174246247  
Språk: Svenska  
Filesize: 2554 KB

## BESKRIVNING

I Middag på 15 minuter ger Jamie Oliver sina recept på middagar som inte tar mer än en kvart att åstadkomma. Med lite planering, smarta råvaror och ett välfyllt skafferi är det faktiskt möjligt att varje dag servera god, nyttig och läcker mat, till hela familjen, och det snabbt! Den här boken är helt ägnad åt det Jamie Olivers läsare frågar mest efter, riktigt snabb, grymt god, näringsrik vardagsmat. Inspirationen har han hämtat från hela världen, och recepten är en blandning av smakerna som vi alla älskar, allt från klassiskt grillad kyckling, kött och pasta, till asiatiskt snabbmat och otroliga sallader med en Jamietwist. Recepten är testade gång efter gång för att säkert funka och hålla vad de lovar - god och nyttig mat, snabbt. Den här boken kommer hjälpa dig att få snurr på vardagsmatsrutinen och utrusta dig med knepen och inspirationen för att ha kul i köket och få till bra mat, varje dag! I slutet av boken finns ett avsnitt om näringsriktig mat och hälsa, där även varje rätt i boken är presenterad med sammansättning och kaloriinnehåll.

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

I Middag på 15 minuter ger Jamie Oliver sina recept på middagar som inte tar mer än en kvart att åstadkomma. Med lite planering, smarta råvaror och ett välfyllt ...

På menyn står i dag en kryddstark soppa med bläckfisk, räkor och grönsaker. Jamie lagar också vegetarisk chiligryta, knaprig tortilla och avokadosallad.

Den här rätten lagar du på ca 15 minuter. Det är nice! Mindre nice är den här vintern som behagat att komma nu, 2 månader försent. Sen ska vi inte tala om den ...

**MIDDAG PÅ 15 MINUTER**

[Fortsätt läsa...](#)