

De snelle vegetarier



Bladzijden:	160 pp.
Genre:	Koken
Uitgever:	Karakter Uitgevers BV
ISBN:	9789045200507
Taal:	Nederlands
Auteur:	Jacinta Bokma
Verschenen:	15-05-2013

[De snelle vegetarier.pdf](#)

[De snelle vegetarier.epub](#)

Met een voorwoord van Antoinette Hertsenberg Vegetarisch koken maakt een duizelingwekkende ontwikkeling door. We willen lekker gezond, smaakvol en verleidelijk eten. Maar ook fantasierijk, gemakkelijk en supersnel. We willen dat ons grote genieten niet ten koste gaat van deze planeet. Inventief, lekker én verantwoord eten is bezig met een enorme niet te stuiten opmars.

Jacinta Bokma laat zien dat je al die wensen kunt vervullen neemt je mee naar een vegetarische wereld met onbegrensde mogelijkheden op culinair gebied. Recepten voor een mooiere wereld. Sneller, lekkerder, gezonder en met een fijn gevoel. De snelle vegetariër is daarmee een echt familieboek! Leer hoe je in een handomdraai de meest heerlijke gerechten op tafel zet. Succes verzekerd met toppers als hartige citroen-ricottataart en 3-minuten brownies (zonder pakje of zakje!), om je vingers bij af te likken!*

- Ruim 120 lekker gezonde, lekker makkelijke, snelle recepten*
- Bereidingstijden van 3 tot 30 minuten*
- Extra veel 15-minuten hoofdgerechten*
- Ingrediënten zijn te koop in iedere supermarkt*
- Dieettips, inclusief superfood informatie