

Glade tarme med Low Fodmap Diet-salater



Sprog:	Dansk
Kategori:	E-Bøger
ISBN:	9788793430402
Udgivet:	22. maj 2017
Forfatter:	Rebecca Leth-Nissen Johansen
Forlag:	muusmann'forlag

[Glade tarme med Low Fodmap Diet-salater.pdf](#)

[Glade tarme med Low Fodmap Diet-salater.epub](#)

En god og fyldig salat er for de fleste lig med god energi og øget velvære. For folk, der lider af irriteret tarm og derfor lever på Low FODMAP-diæten, er der flere ting at tage hensyn til, og det kan derfor være en udfordring at finde den rette inspiration til varierede salater. Denne bog er Salatfabrikken omsat til low FODMAP-diæten. Bogens lækre og indbydende salater er sammensat ud fra principperne bag diæten og er baseret på den seneste viden om, hvilke fødevarer der kan indgå i den.

Herudover er salaterne sammensat på samme vis og ud fra samme grundtanker som Salatfabrikken's øvrige salater, så de sikrer både visuel fryd, god smag, dejlig konsistens og et næringsindhold, der bringer din sundhed i top. Low FODMAP-udgaven indeholder 40 dejlige salatopskrifter. Om forfatteren Rebecca Leth-Nissen Johansen er autoriseret klinisk diætist og autodidakt salatopskrift-udvikler. Disse to bøger er hendes første udgivelser. Bogens opskrifter udspringer af hendes erfaringer i sit daglige virke som diætist. Rebecca har, siden hun var ganske lille, haft interesse i at gøre hverdagen lidt sundere og en passion for at kreere velsmagende og smukke salater, der sprudler af sundhed.

95 Glade tarme med Low FODMAP Diet-salater Rebecca Leth-Nissen Johansen DKK 149. Glade tarme med Low FODMAP Diet-salater Rebecca Leth-Nissen Johansen DKK 149. 95 Glade tarme med Low FODMAP Diet-salater Rebecca Leth-Nissen Johansen DKK 149. 95 Glade tarme med Low FODMAP Diet-salater Rebecca Leth-Nissen Johansen DKK 149. 95 Glade tarme med Low FODMAP Diet-salater Rebecca

Leth-Nissen Johansen DKK 149. 95. 95 Glade tarme med Low FODMAP Diet-salater Rebecca Leth-Nissen
Johansen DKK 149. 95 Glade tarme med Low FODMAP Diet-salater Rebecca Leth-Nissen Johansen DKK
149.