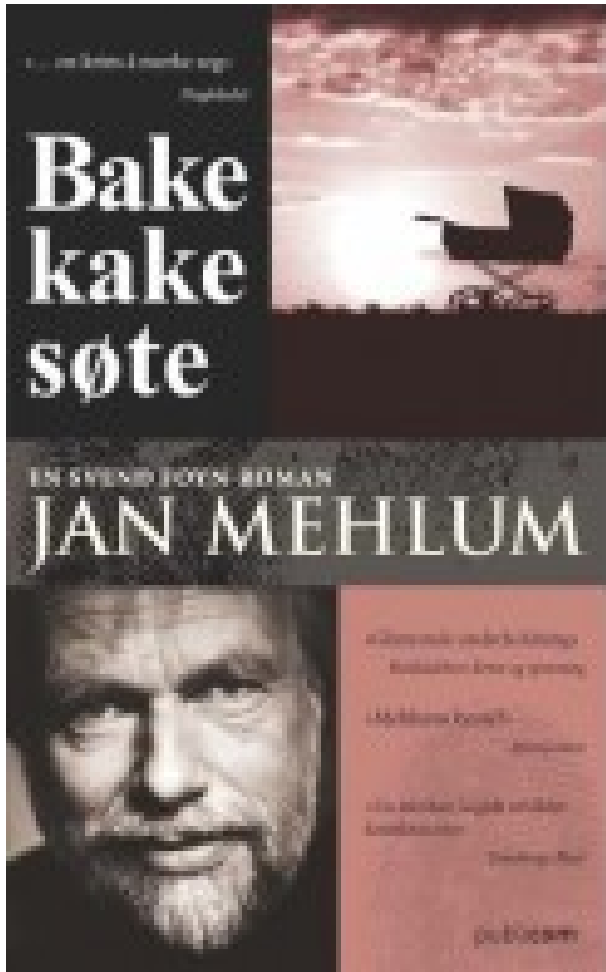


Bake kake søte



Forfatter:	Jan Mehlum
Forlag:	Publicom Forlag AS
Sprak:	Bokmål
Antall sider:	376
ISBN/EAN:	9788283040074
Kategori:	Krim og spenning
Utgivelsesar:	2013

[Bake kake søte.pdf](#)

[Bake kake søte.epub](#)

Bli din egen supermat-ekspert med den mest omfattende supermatboken hittil! Visste du at supermat er den raskeste og enkleste veien til et sunt kosthold? Med supermat som en del av kostholdet kan du oppleve større overskudd, få ny energi og bedre helse. Nordens mest erfarne ekspert på supermat viser deg hvordan du enkelt kan spise deg friskere!

Boken gir deg innføring i over 70 typer supermat sammen med detaljerte beskrivelser på hva virkestoffene gjør for kroppen din. 120 inspirerende oppskrifter viser hvordan du lett kan inkludere supermat i kostholdet til hele familien..

Supermat er mat fra hele verden som inneholder store mengder naturlige virkestoffer og ren, høykonsentrert næring. Supermat gjør det enkelt for deg å spise sunt. Kroppen renses, huden får frisk glød, den biologiske alderen din reduseres og maten gir deg ny energi og vitalitet. Økologi, bærekraftig utvikling og rettferdig produksjon er også viktige elementer i dette kostholdet.

Boken «Supermat» gir deg sjansen til å ta tilbake eierskapet over helsen din, og påvirke kroppen positivt

gjennom det du spiser..Det har aldri vært viktigere å spise rent og næringsrikt . og denne boken gjør det enkelt å starte!

"Himmelsk marengskake" er en av de absolutt aller beste kakene jeg noensinne har smakt - og det sier ikke så rent lite.! Da mannen min testet kaken kom han til. >Vart spurt om å laga ei kaka til juleavslutninga i kveld. Kva slag kake eg lagde kunne eg velja. Tenkte med ein gong på at eg ville laga ei gulrotkake.Søkte på "Sjokoladekake med kefir" er en saftig og veldig myk sjokoladekake i langpanne. Se også oppskrift på "Konfektkake i langpanne", som er en basert på en lignende. Oreokake var en av de første kakeoppskriftene jeg publiserte på bloggen, og den har siden den gang vært den 7. mest populære oppskriften på bloggen, med 390 323.