

paSzie

NAJAAR 2018



Puur Natuur: Groente

Heerlijke recepten en tips om elke dag meer groente te eten

Hoe eet je meer groente?

Puur Natuur: Groente laat met informatie, tips en heerlijke recepten zien hoe je makkelijk groente kunt opnemen in je eetpatroon en hoe belangrijk dit is. Het boek bevat verrassende groenterecepten zoals bloemkoolsushi, groentemuffins, bloemkooltosti, bieten-kaneelbroodjes, banaan-groentepannenkoeken en spinaziebroodjes. Verwerk met de recepten groente in je ontbijt, lunch, diner en tussendoortjes.

Over de auteur

Monique van der Vloed is een voedingsdeskundige met een passie voor lekker en gezond eten. Die passie deelt zij met haar ruim 27.000 Facebookvolgers via haar groep 'Dat maken we natuurlijk lekker zelf'.



Monique van der Vloed
9789492847034
paperback 17 x 24 cm
circa 144 blz.
november 2018
€ 19,95

paSzie

50+ Blijf fit, eet gezond!

Ouder worden en fit blijven zonder ingewikkeld dieet

Wil jij gezond oud worden?

Dit boek is voor iedereen die gezondheid belangrijk vindt, maar ook wil genieten van het leven. Of je nu 50+, 60+, 70+ of 100+ bent.

- tips over welke voedingsstoffen je nodig hebt, waarom en wat je kunt eten en drinken om voldoende binnen te krijgen;
- vier weekmenu's, specifiek afgestemd op jouw leeftijd;
- hulp bij je steeds magerder wordende (schoon)ouders;
- tips voor dat hardnekkige buikje of die kipfletjes onder je bovenarmen.

Over de auteur

Laura van Hoogstraten is diëtist en werkzaam in een groot revalidatiecentrum en verpleeghuis.



Laura van Hoogstraten
9789492847027
paperback 17 x 24 cm
circa 90 blz.
oktober 2018
€ 14,95

paSzie

Uitgeverij Passie richt zich op boeken over gezond eten. Het doel is te laten zien hoe belangrijk, makkelijk en lekker het is om gezond te eten.

Verkoop

Ernst van de Reep

info@ernstvandereep.nl, 0612150181

Uitgeverij PaSSie

Bert Garthoffpad 7

2341 HZ Oegstgeest

071-8899861

info@uitgeverijpassie.nl

www.uitgeverijpassie.nl

Vertaling van de Amerikaanse bestseller How Not to Die.

Arts Michael Greger laat zien dat een onbewerkt plantaardig dieet het enige wetenschappelijk bewezen dieet is dat zowel ziektes kan voorkomen als omkeren. Voor optimale gezondheid heeft Greger zijn Dagelijkse Dozijn ontwikkeld: voedingsmiddelen die je elke dag zou moeten eten. In het kookboek staan meer dan 100 recepten op basis van zijn Dagelijkse Dozijn.

Dit boek is een absolute **MUST**; wetenschappelijk onderbouwde informatie, maar zonder dat je daarbij in slaap valt. – Lisa goes Vegan

DR. MICHAEL GREGER MET GENE STONE
HOE OVERLEEF JE?
Ontdek wetenschappelijk bewezen voedingsmiddelen die beschermen tegen ziekte en die ziekte omkeren



Inclusief dr. Greger's Dagelijkse Dozijn: wat te eten om jaren aan je leven toe te voegen

paSSie

DR. MICHAEL GREGER
MET GENE STONE
RECEPTEN VAN HOBAN ROBERTSON
**HOE OVERLEEF JE?
KOOKBOEK**



Meer dan 100 recepten om ziekte te voorkomen en om te keren

paSSie

Reeds verschenen

Michael Greger

Hoe overleef je?

9789492847003

Paperback 17 x 24

400 pagina's

€ 29,95

Hoe overleef je?

Kookboek

9789492847010

Paperback 17 x 24

272 pagina's

€ 29,95