Bollefrua hjelper deg: Kokebokomtale, 5:2 diettens kokebok

God lørdag! Aller først vil jeg si at dette IKKE er en omtale av 5:2 dietten. Jeg har ikke prøvd den og ikke satt meg inn i den. (Hvilket ikke nødvendigvis betyr at jeg ikke hadde trengt det;). Dette er en anmeldelse av 5:2 kokeboken, skrevet av Mimi Spencer og Dr. Sarah Schenker, som jeg har fått tilsendt i posten. Selv om man ikke skulle tro det spiser nemlig ikke Bollefrua BARE søtsaker. Hun **er** glad i grønnsaker og sunn mat også. Og denne boken er full av oppskrifter på freshe retter med mye farge og smak. Det er med andre ord ikke bare en slankebok. Selv synes jeg det er mye som frister, kanskje særlig salater og supper. Vedlagt finner du noen bilder fra boken, så skjønner du hva jeg mener. Ha en fin dag!

issuu

issuu

issuu