

## KARÁCSONYI KÖNYVAJÁNLÓ

### ÉDES AJÁNDÉKOK

*Nem kell ahhoz boltok tucatjait végigjárni és kivárni a több méteres sorokat, hogy különleges finomságokkal kedveskedj szeretteidnek és barátaidnak. Ebben a könyvben 42 ínycsiklandó, otthon elkészíthető „édes ajándék” receptjét találod, amik levehetnek némi terhet a válladról az ünnepek előtti véghajrában.*



### CUKORMENTES ÖRÖMÖK

*Amikor derült égből villámcsapásként ér valakit a hír, hogy cukorbetegségben vagy inzulinrezisztenciában szenved, a legelső gondolata, hogy mennyi lemondással jár majd az életmódváltás. Az ünnepek közeledtével főleg nehéz ellenállni a bűnös csábításnak. A szerző azonban megmutatja, hogy a cukor és egyéb finomított élelmiszerek elhagyása nem egyenlő az önsanyargatással.*



## ELLENÁLLHATATLAN KARÁCSONYI FINOMSÁGOK

*Az adventi és karácsonyi időszak egyik legizgalmasabb része a süteménysütés. Már maga a tervezgetés is felér egy élménnyel, míg az ember kitalálja, mit készít majd az ünnepekre. Ezen receptkönyv rengeteg remek ötletet ad, legyen szó vendégváró, megúszós falatokról, mézeskalácsról vagy éppen ehető ajándékról.*



## AZ ÜNNEPEK MENTES ÉTELEI

*Kiss Mona gasztroblogger arra vállalkozott, hogy segítséget nyújtson az ételallergiában szenvedőknek és a vegán életmódot folytatóknak. Ennek megfelelően valamennyi, a szerző által készített étel glutén-, tej-, tojás-, cukor-, szója-, mogyoró- és élesztőmentes, vegán, továbbá kész lisztkeveréktől mentes. Ha szeretnél egy zavartalan, vidámsággal teli ünnepi időszakot, akkor ne habozz és lapozd fel ezt a receptkönyvet!*



## SÜSSÜNK BORIVAL! - 65 EGYSZERŰ RECEPT

### HÉTKÖZNAPOKRA ÉS ÜNNEPNAPOKRA

*A sütés „gyerekjáték” is lehet, ráadásul ezzel a könyvvel még annál is egyszerűbb. Bori megmutatja, hogyan süthetsz könnyedén süteményt. Ha szeretnéd megkönnyíteni az ünnep készülődést és egyben családi programot csinálni egy alapvetően konyhai feladatból, akkor számodra megoldást jelenthetnek ezek a pikk-pakk receptek.*

