

# Eetbare wilde planten leer koken

Eetbare wilde planten  
het gebruiken van

- Hoeveel je van
- De juiste berei-
- heid van de pl
- Waarom wilde planten essentieel in je dagelijkse voeding zijn.



anter  
natuur

RECEPTEN voor elke voedingsstijl, van raw – vegan tot traditioneel.  
Zet binnenkort lekkere bospesto, bloemenkroketten of rauwe  
chocolade puur natuur op tafel. Boordenvol gezondheid en  
schitterende vergeten smaken van eigen bodem!

De informatie in  
planten; je hoeft  
opgevoerde plan

Economische v



Eet

leer koken

DE KORT

De ontbrekende schakel  
in onze voeding