



Thomas Dijkman was van jongs af aan geïnteresseerd in gezonde voeding, vooral wat betreft groenten en fruit. Over gezonde voeding las hij tientallen boeken en honderden wetenschappelijke artikelen.

Hij heeft van het onderwerp gezonde voeding een zelfstudie gemaakt, doordat hij research deed voor ruim 700 artikelen over de geneeskracht van groenten, fruit, noten, zaden, zuivel en planten.

Regelmatig krijgt hij verzoeken om artikelen in vaktijdschriften te plaatsen. Een van die artikelen is de aanleiding tot dit boek geweest. Dit boek behelst slechts een gedeelte van de opgedane kennis van de auteur Thomas Dijkman.

Regelmatig krijgt hij verzoeken om artikelen in vaktijdschriften te plaatsen. Een van die artikelen is de aanleiding tot dit boek geweest. Dit boek behelst slechts een gedeelte van de opgedane kennis van de auteur Thomas Dijkman.

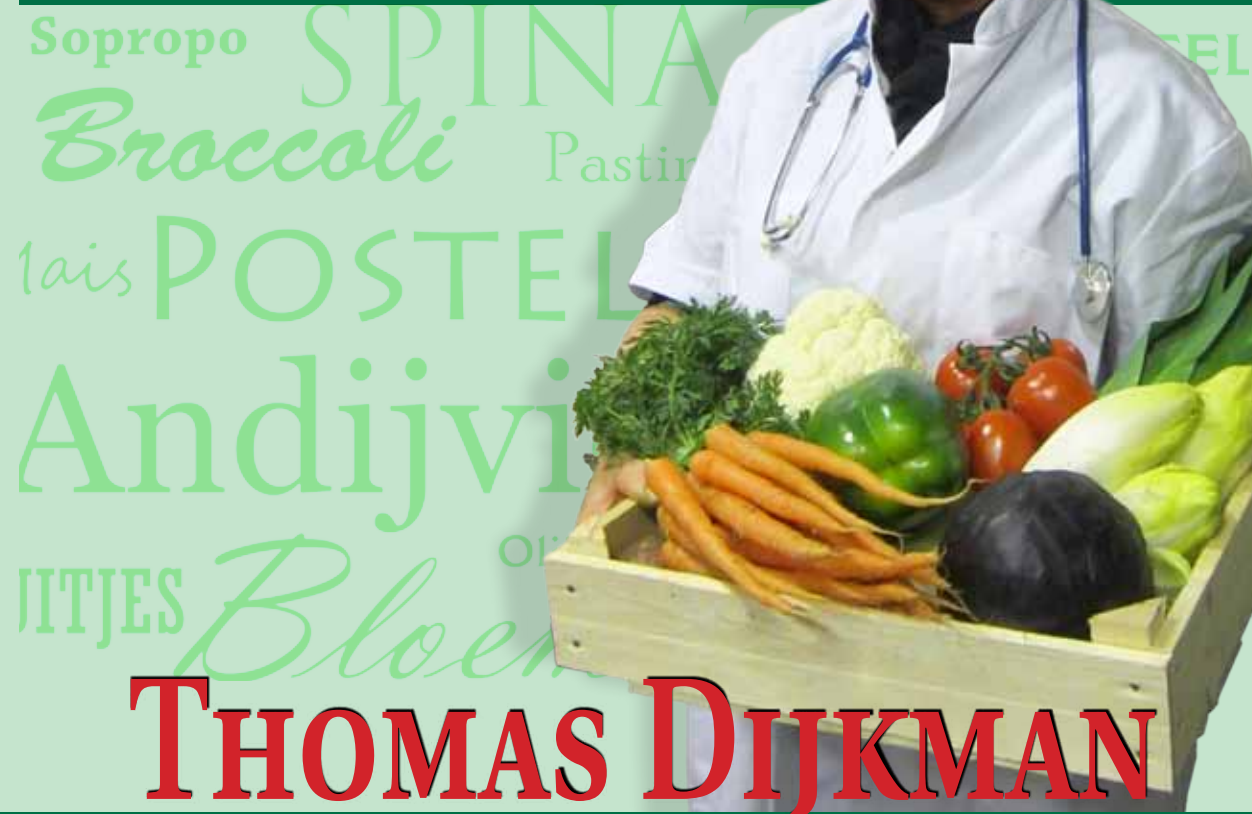
Wist je dat

- * rode bietjes heel goed zijn tegen hoge bloeddruk?
- * bloemkool ontstekingsremmend werkt?
- * boerenkool omega 3 en omega 6-vetzuren bevat?
- * het wetenschappelijk is bewezen dat het regelmatig eten van broccoli een kankervoorkomende werking heeft?
- * champignons goed zijn tegen hart- en vaatziekten en boordevol vitaminen zitten?
- * bij het opwarmen van groenten in de magnetron alle energie in die groenten verloren gaat?
- * knoflook aderverkalking tegen kan gaan?
- * mierikswortel een natuurlijke plaspil is, zonder bijwerkingen?
- * dit boek boordevol staat met gezonde wetenswaardigheden?



DE 45 MEEST GENEESKRACHTIGE GROENTEN
THOMAS DIJKMAN

DE 45 MEEST GENEESKRACHTIGE GROENTEN



THOMAS DIJKMAN

Voor meer informatie:
www.geneeskrachtigegroenten.nl



www.succesboeken.nl



De culinaire medicijngids

Gezondheid