STERCK & DE VREESE

JAN DRIES

Gif in uw voeding

E-nummers en hun bijwerkingen



Op de ingrediëntenlijst van zowat alle fabrieksvoeding – van koekjes tot afbakbroodjes, van pudding tot gepelde garnaaltjes – ziet u E-nummers staan. Niet minder dan 385 verschillende E-nummers komen in onze voeding terecht.

Maar wat zijn E-nummers, en waarom worden ze gebruikt? De 'E' verwijst naar Europa, en de nummers staan voor een additief. Dat is bijna altijd een chemische stof die wordt toegevoegd, zodat het product langer houdbaar is, niet verkleurt, of het vervangt de smaak of geur die verloren gaat tijdens het productieproces.

Drie koekjes bij de gearomatiseerde thee, een diepvriespizza als avondeten en 's avonds op de bank nog een zakje zoute chips? De hoeveelheid E-nummers die een doorsnee consument per jaar binnenkrijgt, is aanzienlijk. Deze chemische stoffen werken op elkaar in en belasten onze organen.

Jan Dries opent uw ogen en houdt tegelijk een pleidooi voor echte natuurlijke voeding die een hele dag energie levert.

Jan Dries is auteur van gezondheidsboeken en heeft een rijke ervaring opgebouwd als voedingstherapeut en docent voedingsleer. Hij is auteur van o.a. Altijd moe en Genezen met voeding.

JAN DRIES: *Jan Dries is auteur van gezondheidsboeken, heeft een rijke ervaring opgebouwd als relaxatietherapeut en persoonlijkheidsanalist.*

.

Titelinformatie

Rubriek: Lifestyle

Titel: Gif in uw voeding
Prijs: €22,90
Aantal pagina's: 176
Bindwijze: Paperback
ISBN: 9789464711912

BESTEL VIA DE WEBSITE OF VIA DE QR CODE
(OOK VERKRIJGBAAR IN DE BOEKHANDEL)

Uitgeverij Sterck & De Vreese
Hellingbaas 1
8401 JH Gorredijk

0031 (0)513 490 319
E-mail: info@noordboek.nl
Internet: sterckendevreese.nl

Bluesky: bsky.app/profile/uitgeverijnb-sdv.bsky.social
FB: facebook.com/UitgeverijNBSDV/
IG: instagram.com/uitgeverij_nbsdv/