

jet**Jet Magazine Limburg**

Date : 13/04/2016

Page : 48

Periodicity : Bimestriel

Journalist : --

Circulation : 367111

Audience : 0

Size : 539 cm²

Advertising value equivalency : --

jet**LEKKER****Zonder schuldgevoelens**

Hoe lekker die boterham met choco ook is, gezond is hij niet. Of toch? Met deze pure chocopasta zonder toegevoegde suikers kan je zonder schuldgevoelens genieten.

5,60 euro
www.lignavita.be**Springtime Salad**

Ingrediënten (1 persoon): 1/3 venkel, 5 mini tomaatjes, 9 olijven, 3 artisjokken alla contadina, 35 g feta, 1/3 kropsla, 5 blaadjes basilicum

Dressing: maak de dressing door 1 el hibiscusazijn te mixen met 1 tl honingmosterd en 1 tl ahornsiroep.

Meng vervolgens met 3 el paprika mix olie.

Botuw de salade als volgt op:

Giet de dressing op de bodem.

Voeg vervolgens in laagjes de venkel, tomaatjes, olijven, artisjok en feta toe. Maak af met de sla en de basilicumblaadjes.

www.oilvinegar.com

Proef de lente

Magda?

Gezonde voeding kan helpen om langer te leven, minder ziek te worden, er beter uit te zien en je energiever te voelen. Maar wat is nu echt gezond? Viviane Van Dyck en Rik Vermuyten formuleren hierop een natuurlijk antwoord in hun boek "Echt (w)cten. Gezond koken volgens de vijfseizoenskeuken."

**Avocado-olie**

Schuif de boter aan de kant en kies voor een gezonder alternatief met deze avocado-olie. Geschikt om koud te gebruiken bij salades, groenten of quinoa maar je kan hem ook verhitten tot 270°C. De smaak is mild, natuurlijk en nootachtig.

14,95 euro
www.oilvinegar.com

INGE MOERMANS



40

Mmmmmacarons

Chocolatier Jean Galler viert de komst van de lente met twee nieuwe macarons in een gelimiteerde editie. Kies jij voor het verfrissende limoen-citroen of de gedurfde meloen-basilicumcombinatie?

De twee macarons in gelimiteerde editie zijn nog tot tot 21 juni 2016 verkrijgbaar in de boetieks van Galler en kosten € 1,50/stuk.

