

**HET  
LAATSTE  
NIEUWS****Het Laatste Nieuws (ed.Limburg)**

Date : 21/06/2017

Page : 16

Periodicity : Daily

Journalist : --

Circulation : 11723

Audience : 70960

Size : 208 cm<sup>2</sup>

Advertising value equivalency : 1040,00 €

**HAM****Hanne Troonbeeckx brengt gezond kookboek uit**

Afslankspecialist Lignavita lanceert samen met omroepster Hanne Troonbeeckx het boek 'Geniet Je Slank'. Daarin delen ze creatieve recepten met iedereen die gezond wil leven. «Ik ga niet de nieuwe Pascale Naessens worden hoor», lacht Troonbeeckx.

Het kookboek geeft eenvoudige tips voor een gezond voedingspatroon en bij het afvallen. «Ik ben dagelijks bezig met mijn lijn. Niet alleen om ze slank te houden, maar ook om te genieten van het leven. Dan heb ik het vooral over mijn sociale en culinaire leven. Ik geef menselijke tips. Zo raad ik aan om foto's van jezelf te nemen en te kijken wat de invloed van eten op jouw lichaam is. Ook pikant eten is een tip», aldus Troonbeeckx.

**Pannenkoeken**

In het boek, waar Troonbeeckx het gezicht van is, staan allerlei creatieve recepten voor ontbijtjes, maaltijden, tussendoortjes en desserts. «Soms heb ik op zondag heel veel zin in koffiekoeken en broodjes, maar ook de pannenkoeken met chocoladesaus in het boek vind ik heel lekker. En het is nog gezond ook! Ook 's avonds bij de televisie heb ik soms een zwak moment en dan heeft

**Hanne Troonbeeckx met het boek 'Geniet je slank'.**

Foto Karolien Coenen

Lignavita speciale chips om te eten», aldus Troonbeeckx. Lignavita werkt in Vlaanderen samen met 200 coaches die mensen begeleiden op weg naar een gezonder bestaan. Het voedingsconcept is gebaseerd op jarenlange ervaring met verschillende di-

eetvormen en ruim vijftien jaar knowhow in het begeleiden van consumenten tijdens hun eiwitdieet. Het boek kost 14,95 euro en is te verkrijgen via de website van Lignavita, maar zal ook in de betere boekhandels komen te liggen. (BVDH)