

Pressemeddelelse

Marita Karlsson

Juice-kick!

Sunde smoothies, juicer og snacks

Udkommer den 25. august 2015

Pris kr. 199,95

152 sider

Gennemillustreret med fotos af alle opskrifter

Strandberg Publishing



Grøn energi til din krop: Sundt og lækkert!

Juice-kick! er den perfekte start på en sund livsstil med masser af naturligt brændstof og friske råvarer. Udforsk de mange smagsvariationer i bogen og glæd din krop med naturens egen "super-food" – og få mere energi og vitalitet. **Juice-kick!** er til dig, der aldrig har lavet smoothies eller juice tidligere, og som vil vide hvordan og hvorfor, men også til dig, der vil have inspiration til dit allerede blomstrende smoothie- og juiceliv.

Juice er blevet enormt populært i hele verden – og med god grund. Det er nemlig en fantastisk måde at udnytte frugt og grøntsagers gode egenskaber på – uden at give køb på hverken vitaminer eller smag. Og så er det nemt. Skræl eller del frugter, grøntsager og bær og put dem i juicemaskinen – 1-2-3 så har du en lækker, hjemmelavet juice, fyldt med energi og næring.

Den svenske blogger, model og madskribent Marita Karlsson, som er bosat i Californien har i **Juice-kick!** samlet de allerbedste opskrifter på juicer, smoothies og snacks fra den solrige stat.

Juice-kick! indeholder over 70 opskrifter på juicer, smoothies og snacks. Alle opskrifter er nemme at lave og indeholder en lang række af naturens allerbedste og mest næringsrige råvarer. Grønkål, avokado, kokos, ingefær, nødder og bær er bare nogle af de ingredienser, som sammensættes i farverige og velsmagende drikke og små-retter. Prøv fx "Rødbedre", "Chlorella-kick" eller "Hasselnøddemælk med chokolade". Yummi!

Om forfatteren

Marita Karlsson er svensk madskribent, blogger og tidligere model. Den 39-årige ernærings-ekspert er bosat i Californien, hvor inspirationen til **Juice-kick!** i høj grad er hentet.

Yderligere information og kontakt

For bestilling af presse-eksemplarer, udvalgte opskrifter og pressefotos, kontakt venligst presseansvarlig Mette Wibeck på mette@strandbergpublishing.dk eller på telefon 4075 3476.



Strandberg Publishing A/S

Gammel Mønt 14, 5.th.
1117 København K

mail@strandbergpublishing.dk

+45 88 82 66 10

strandbergpublishing.dk