

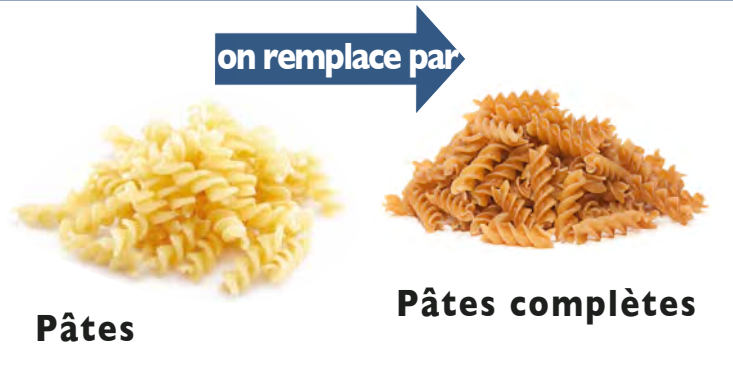
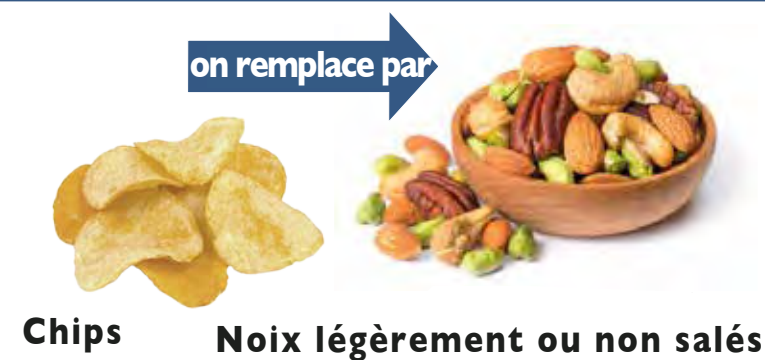
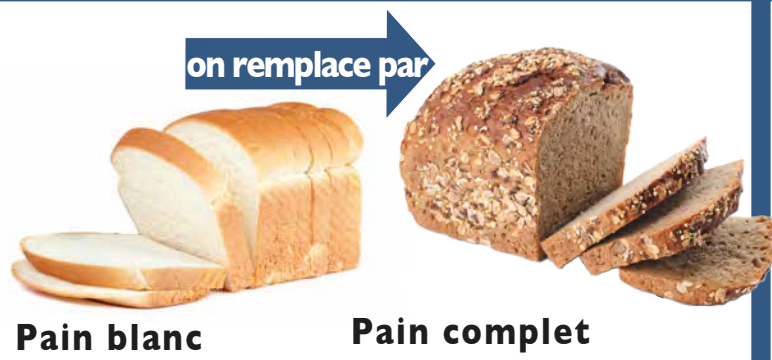


PLANT-BASED
Health Professionals UK

Quelques changements pour une alimentation végétale saine

Vos premiers pas vers une **alimentation plus saine**

Changements simples



Elena Holmes MSc
Kate Dunbar, Patient Advocate

Pour plus de détails
inscrivez-vous à ce défi gratuit !





PLANT-BASED
Health Professionals UK

Quelques changements pour une alimentation végétale saine

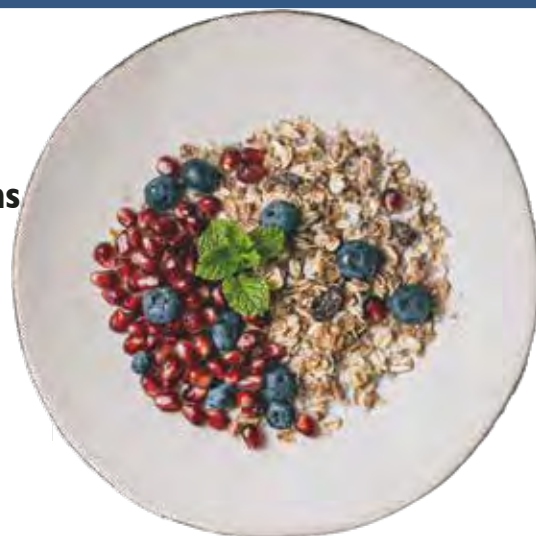
Vos premiers pas vers une **alimentation plus saine**

Des idées de repas sains

Petit-Déjeuner



Flocons d'avoine aux raisins secs et fruits frais



Toasts au beurre d'amande, avec des fruit et graines de lin moulues

Déjeuner



Hummus



Salade de haricots variés

Dîner



Curry de pois-chiches



Légumes rôtis au four

Elena Holmes MSc
Kate Dunbar, Patient Advocate

Pour plus de détails
inscrivez-vous à ce défi gratuit !

