

Inhoudsopgave

Deel 1 Over stresskippen en vegaburgers

Naar de boerderij	9
Op school	19
Het kookboek	37
De feestmaaltijd	47

Deel 2 Informatie, vragen, tips en recepten

Het kookboek van Eef en Nanou	63
Tips en veiligheid	102
Wat eten we en wanneer?	104
Waarom kies je (wel of niet) voor bepaald eten?	106
Voedingstoffen	110
Eicode	113
Weetjes	116
Websites	119
Woordenlijst	123