

culinaire

LEKKER BLOND

KOKEN MET VRIENDINNEN



BRUNN

Het duo Blond Amsterdam – bekend om hun vrolijke serviezen, dekbedovertrekken en originele kleding – heeft nu ook een kookboek uit. Vol gemakkelijke, maar vooral lekkere recepten voor een gezellig vriendinnenavondje.

Wist je dat druiven supergezond zijn? Rode en blauwe druiven – meer dan witte – bevatten antioxidanten die krachtiger zijn dan de vitamines E en C. Blauwe druiven bevatten ook nog een phytochemical die verkalking en verstopping van de aderen tegengaat. <http://gezondheid.rubriek.nl>



Goddelijk en gezond: zoete sushi met vers fruit. En helemaal niet moeilijk om te maken. Meer prettige gerechten in een fijn, overzichtelijk kookboek: *Food 4 Friends*, €19,95, Miller Books.



Het natuurzuivere drankje Canadian Red is een cranberry-sap met een verfrissende bite. Het lekkerst om puur en gekoeld te drinken, maar ook heel geschikt als basis voor een hippe cocktail. €2,50 per flesje, www.canadian-red.com



Met zwier koken gaat vanzelf in dit vrolijke Argentijnse schort. Kinderen vanaf €12,50, volwassenen €17,50. www.brinn.nl