

BAKMIXEN MET LEV

Alle bakmixen met LEV zijn puur en ongezoet en samengesteld van hoofdzakelijk biologische ingrediënten.

100% voeding – 0% vulling

Brood met LEV

Dit glutenvrije en koolhydraatarme brood is dé basis voor het herstel van jouw darmen. Het bevat geen belastende ingrediënten die je darmen moeilijk kunnen verteren zoals granen, gluten, broodverbeters, suiker, dextrose, moutstroop etc. Wat er wel in zit, 100% voeding! Pure vezels, eiwitten en goede vetten.

Alle voordelen van dit brood op een rij

Langdurige verzadiging

Verbeterd/ hersteld darm- en breingezondheid

Bevordert een goede stoelgang, zie ook stoelgangkaart. Geen vezelzakjes van de huisarts meer nodig!

Past in een ketogene leefstijl

Past in een diabetes type 2 voedingspatroon

Draagt bij aan gewichtsverlies

Eenvoudig zelf te maken, 5 min mixen, 45 min in de oven en klaar!

Bakmix heeft een lange houdbaarheid, doordat het droge en pure ingrediënten bevat

Brood is per plak in te vriezen, voldoende voor 14 dagen

Eet tijdens de lunch en/of het ontbijt alleen het Brood met LEV voor minimaal een maand. Laat overige brood en cracker producten van je menu. Zo ervaar je optimaal de werking van dit brood.

Haver verwenbrood

Afgelopen jaren was deze bakmix al favoriet onder de naam Bananenhaverbrood.

Waarom de naam aanpassen naar verwenbrood?

De reden is simpel. Deze bakmix met rozijnen is heerlijk door de toevoeging van banaan, maar net zo lekker zonder banaan maar met de toevoeging van appel en walnoten.

Met deze basismix maak je simpel en snel je eigen gezonde brood in de smaak die jij lekker vindt. Verwennen maar!

Wat maakt dit brood zo lekker en gezond:

Het haver verwenbrood bevat biologisch havermout, rozijnen en eigen recept aan specerijen.

Het bevat geen suikers of honing, maar is toch lekker zoet van smaak

Gezonde vervanger voor een krentenbol

Simpel en snel te maken. Bakmix en de eieren mixen, 45 min in een cakeblik in de oven.

Door de combinatie van langzame koolhydraten, eiwitten en fruit, houd je een stabiele bloedsuikerspiegel

Bakmix haver verwenbrood heeft een lange houdbaarheid, doordat het droge en pure ingrediënten bevat

Heb je regelmatig last van je maag en/of darmen, begin dan eerst met het herstellen van je darmgezondheid door het eten van het **brood met LEV**.

Het haver verwenbrood bevat rozijnen. De vertering van gedroogd fruit kan belastend zijn voor je maag en darmen.

Mijn advies: eerst herstellen, dan verwennen!

BAKMIXEN MET LEV

Alle bakmixen met LEV zijn puur en ongezoet en samengesteld van hoofdzakelijk biologische ingrediënten.

100% voeding – 0% vulling

Huisgemaakte Granola

Je hebt muesli, cruesli, granola uit supermarkt en **Huisgemaakte Granola van LEV&IK** maar wat is het verschil? wat is het beste voor je (darm) gezondheid?

Vaak is muesli een onbewerkt graanproduct en bevat het toevoegingen van noten, zaden en soms zoetstof.

Doordat het onbewerkt is, is het niet krokant. Cruesli en granola zijn wel krokant.

Dit komt doordat er suikers en honing aan de granen worden toegevoegd.

Huisgemaakte Granola van LEV&IK is krokant en ongezoet!

Lekker en gezond kan dus perfect samen gaan, jij blij, darmen blij.

Door de Granola met raw kokosolie (super gezond vet) te bereiden en daarna te roosteren in de oven ontstaat een krokante mix, zonder de toevoeging van suikers of honing!

Naast krokant en ongezoet, is het lekker kruidig van smaak dit komt o.a. door de kaneel.

De speltvlokken, noten, zaden, kokosflakes, cacaonibs maken het echt een feestje voor je ontbijt of lunch.

Heerlijk met o.a. kokosyoghurt of Griekse yoghurt 10% vet en vers fruit.

Bakmixen met LEV

Brood met LEV is verkrijgbaar in zakje van 250 gr €4,95

Haver verwenbrood is verkrijgbaar in zak van 400 gr €4,50

Huisgemaakte granola is verkrijgbaar in zak van 500 gr €6,95

Ilona Branbergen
Oervoeding specialist darm- en brein gezondheid
06-23671780
Meppel
info@levenik.nl
www.levenik.nl met webshop
Insta lev_en_ik FB LEV&IK

