

# Index van de recepten

PB1= POWER boek

PB2= POWERBODY boek

PB3= POWERBOOST boek

	RECEPT	BOEK	PAGINA	
<b>A</b>	Aardappelsalade met spinaziepesto en olijven	PB2	98	
	Aardbei-chocolade toetje	PB3	119	
	Aardbeicarpaccio met vanillesaus	PB3	118	
	Aardbeienmousse	PB2	117	
	Aardbeientaart	PB2	114	
	Aardbeipudding on the go	PB3	56	
	Amandeltaart met blauwe bessen	PB3	126	
	Appel-boost pudding	PB3	50	
	Appelcake	PB1	170	
	Appeltjesbrood	PB2	56	
	Avocado basilicum spread	PB2	104	
	<b>B</b>	Bananenbrood met blauwe bes	PB1	54
		Big MC Power	PB2	86
Bloemkool kalfsteak met olijventwist		PB3	102	
Bloemkoolbowl		PB2	103	
Bloemkoolcouscous		PB3	85	
Boerenbrood		PB3	60	
Boerenkoolsalade met peer en feta		PB3	112	
Bombs		PB3	75	
Boostsalade		PB3	114	
Bounty's		PB1	106	
Broccolisticks		PB2	70	
Brownies		PB2	120	
Buddha bowl		PB2	48	

	Butternut met gehakt, spinazie en champignons	PB2	79
	Butternutlasagne	PB3	94
<b>C</b>	Cacaotruffels	PB2	61
	Carpaccio van appel en rode biet	PB1	81
	Choco	PB2	116
	Choco-granola	PB1	44
	Chocolade quinoa bowl	PB3	46
	Chocolade-notencookies	PB3	64
	Chocoladebrood	PB2	62
	Chocoladekoekjes	PB2	66
	Chocoladepudding	PB3	124
	Chocoladetaart	PB3	131
	Chocopops	PB3	74
	Courgettekoekjes	PB1	80
	Courgettetaart	PB3	98
	Crack'nola	PB3	122
	Crumble met appel en aardbeien	PB2	46
	Crumbletaart met peer en blauwe bessen	PB3	120
<b>E</b>	Ei-ontbijtschotel	PB2	50
	Eierkoek	PB3	76
	Eimuffins	PB2	83
	Energiekoek	PB3	76
	Erwtenspread	PB2	70
<b>F</b>	Frambozentaart voor sporters	PB3	128
<b>G</b>	Garnalensalade met crumble	PB2	92
	Geitenkaasballetjes met druiven	PB2	68
	Geroosterde bloemkool met hazelnootballetjes	PB1	138
	Gevulde aubergine met feta	PB1	136
	Gezonde quiche	PB2	84
	Good mood bowl	PB3	84
	Gouden bloemkoolsoep	PB3	90

	Granolakoek met chocolade	PB3	66
	Green delicious bowl	PB2	110
	Groene lasagne	PB2	90
	Groene Paella	PB2	74
<b>H</b>	Hapjes van courgette & spek	PB2	68
	Happy Drink	PB1	174
	Havermoutbowl met blauwe bessensaus	PB3	52
	Havermoutkoekjes	PB1	108
	Havermoutontbijtkoek	PB2	58
	Havermoutreep met peer en blauwe bes	PB3	68
	Heerlijke vruchtentaartjes	PB1	168
	Hemelse brownies	PB1	166
	Honing – Notenbroodje	PB3	62
	Hummus van zongedroogde tomaten	PB2	70
<b>I</b>	Ijsbergsla met gerookte zalm	PB3	113
<b>K</b>	Kiwi sportpudding	PB3	51
	Kiwitaart	PB3	130
	Kokospannenkoeken met aardbeien	PB1	46
	Kruidenbrood	PB1	50
	Kruidig varkenshaasje	PB2	78
<b>L</b>	Linzensalade met spekjes	PB2	94
	Love chocolates	PB2	118
	Lunchpotje met mozzarella	PB2	100
	Maanzaad-limoencookies	PB3	64
<b>M</b>	Munt-kiwi-limoen drankje	PB1	175
<b>O</b>	Ontbijtkoek met kersen	PB2	44
	Ontbijtmuffins	PB2	52
	Oosters groentepotje met spek & quinoa	PB3	92
	Ovenschotel met bloemkool, spinazie & mozzarella	PB2	72

	Ovenschotel met roodbaarshaasje & groene asperges	PB3	88
	Ovenschotel met wortelen, courgette en feta	PB2	96
<b>P</b>	Parmezaan crackers	PB3	79
	Power bars	PB3	70
	Power bruëli on the go	PB3	58
	Power quinoa-salade	PB2	102
	Powerballetjes	PB2	60
	Powerbroodje on the go	PB3	108
	Powerbroodpudding	PB3	59
	Powercrackers met brie	PB3	80
	Powerhamburgers	PB2	76
	Powerkoek	PB1	110
	Powerkoekjes	PB2	64
	Powerpan	PB2	82
	Prei met ham in de oven	PB2	80
<b>Q</b>	Quinoa-notenbrood	PB2	104
<b>R</b>	Raw bosbessentaart	PB2	112
	Rodebiet-appelbowl	PB2	106
<b>S</b>	Speculaasgranola	PB3	54
	Speltbroodjes met rauwe honing	PB2	59
	Spinazieballetjes met zoete aardappel	PB3	100
	Sport Wortelcake	PB2	121
	Sportersrawnola	PB2	54
	Sportrepen	PB1	104
<b>T</b>	Toast it	PB3	96
	Tomaten gehaktschotel	PB2	107
	Tomatentaart	PB2	88
<b>V</b>	Vega parelcouscous	PB3	116
	Victoriabaars met witlof & zeekraal	PB3	115

	Vruchten –en notenbrood	PB1	52
<b>W</b>	Warme fruitboost	PB3	48
	Warme vijgen met aardbeien	PB1	164
	Watermeloen-aardbei gazpacho	PB3	81
	Witlof-venkelsalade met zoete peer	PB2	99
	Wortel-gember soep	PB2	108
	Wortelhummus	PB3	78
<b>Y</b>	Yoghurt brulé	PB3	123
<b>Z</b>	Zalm in de oven met linzensalade	PB3	110
	Zomerse saté met broccolirijst	PB2	86