

Voorwoord

Vegetarische recepten

Deze recepten zijn samengesteld door Arnold Klomberg †

Arnold was er van overtuigd dat liefde, eerbied en vrede voor alle levende wezens mogelijk is als de samenleving meer oog zou hebben voor de natuurlijke samenhang der dingen om ons heen. Zuiver plantaardige voeding is een onderdeel waarin we meer respect tonen voor onze medeschepselen.

De plantaardige recepten van Arnold Klomberg zijn eenvoudig van opzet en voor iedereen te doen. Je hoeft geen ervaren kok te zijn en de genoemde ingrediënten zijn te verkrijgen in de supermarkt en biologische winkels.

De aarde brengt genoeg voedsel voort om elke wereldburger iedere dag een volwaardige maaltijd voor te zetten. Plenty Food is van mening dat het produceren van plantaardige voeding veel efficiënter en goedkoper is dan de teelt van gewassen voor de vlees en zuivelindustrie. Zo heb je voor één kilo vlees vijf kilo veevoer nodig en komt het voer om dieren te laten groeien en te produceren uit landen waar mensen lijden aan ondervoeding of honger.

Als je vegetarisch eet dan draag je bij aan:

- een eerlijker voedselverdeling;
- vermindering van voedselverspilling;
- vermindering van waterverspilling;
- een beter natuur en milieu in ontwikkelingslanden en in je eigen land;
- minder onrecht aan de plaatselijke bevolking in ontwikkelingslanden;
- minder dierenleed.

Meer informatie hierover is te lezen op onze website www.plentyfood.nl

P please don't print this recipe unless you really need to.

Plantaardige recepten voor een betere wereld.

[Steun Plenty Food](#)

