

RETTELSESBLAD TIL OPSKRIFTERNE

Den medicinske seers kostguide, 1. oplag

Side 80: ABRIKOSSTÆNGER

2,4 dl tørrede abrikoser (i stedet for 2,4 dl abrikoser)

Side 88: AVOCADOBÅDE MED SALSA

3,6 dl tomater skåret i tern (i stedet for 2,4 dl)

1/8 tsk. havsalt (i stedet for 0,3 dl)

1/8 tsk. cayennepeber (i stedet for 0,3 dl)

Side 92: "MILKSHAKE" MED BANAN

ca. 4 cm vaniljestang (i stedet for 2,5 cm)

Side 106: RÅ DADDELMYSLI

1/4 tsk. havsalt (i stedet for 0,6 dl)

Side 170: SALAT AF BLADGRØNSAGER MED CITRONDRESSING

19,2 dl bladgrønsager (i stedet for 1,9 dl)

Side 186: ASIATISK GRØNKÅLSSALAT

1/4 jalapeñopeber renset for kerner (i stedet for 0,6 dl)

Side 196: RADISESALAT

1/8 tsk. havsalt (i stedet for 1/6 tsk.)

Side 216: URTEPANEREDE FRITTER AF RODFRUGTER

salvie, oregano, rosmarin og timian, 1 spsk. af hver (i stedet for 2 spsk. af hver)

Side 252: TE AF KANEL OG LAKRIDSROD

2 spsk. tørret lakridsrod (i stedet for 2 tsk. tørret lakridsrod)

Side 266: NORI-RULLER MED CREMET AVOCADODIP

1/4 jalapeño (i stedet for 0,6 dl)

1/2 medjool-daddel (i stedet for 1,2 dl medjool-dadler)

Side 270: BRÆNDENÆLDE-TE MED PEBERMYNTE OG INGEFÆR

mynte (i stedet for pebermynte)

Side 300: IS AF HONNING OG KOKOSNØD

1/8 tsk. havsalt (i stedet for 0,3 dl havsalt)