



Sofie Lee

Вафли

«Автор»

2026

Lee S.

Вафли / S. Lee — «Автор», 2026

Продолжение разговора о вкусной и здоровой пище. Конкретные рецепты, которые может любимый читатель подобрать себе и близким по душе

© Lee S., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Рецепты	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

Sofie Lee

Вафли

Рецепты

Вафли

Вафли для меня тоже открытие и с ними путь к здоровой диетической пище внезапно стал ближе. Каждый день ходить за хлебом-это дорогое удовольствие.Вафли можно замораживать, чтобы не бегать ежедневно в магазин за хлебом(нет времени, далекое расстояние и ещё 1000 и одна причина).В них нет лишнего масла и жира, но они вкусные.Пирожки они не заменят,конечно.Надо выделять время для их приготовления:напечь того ,что хочется и чего не хватает организму.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.