



**Branislava Belović**

*Rada kuham. V trenutku, ko si nadenem bel predpasnik, se z užitkom predam pustolovščini. To počnem že veliko let. Ko sem postala zdravnica, sem ljubezen do kuhanja in izkušnje vtkala v svoj poklic. Diplomirana zdravnica sem dodala še druge. Med njimi so tudi tiste s tekmovanj kuharjev amaterjev. Ljubezen do kuhanja, navdušenje in izkušnje rada delim z drugimi. Z željo, da vas navdušim in spodbudim k zdravemu prehranjevanju, sem svoje izkušnje in kuharske recepte zapisala. Vsakemu receptu sem dodala približno vrednost kalorij, beljakovin, ogljikovih hidratov, maščob, vlaknin in holesterola. Označila sem tudi enote živil. Tako na enostaven način spremljamo in ugotavljamo, ali smo zadostili dnevnim potrebam po posameznih skupinah živil.*

*Knjigo vam podarjam z ljubeznijo in željo, da prispevam k boljšemu zdravju - vašemu in vaših najdražjih.*