

NATIONALE WEEK ZONDER VLEES

11 T/M 17 MAART 2019

Geen – of minder – vlees eten is goed voor het milieu, dierenwelzijn en je gezondheid. Ga ook de uitdaging aan tijdens de Nationale Week Zonder Vlees!

Doe je ook mee?

Waarom een week zonder vlees?

Een flexitair eetpatroon, waarin vlees en vis worden afgewisseld met plantaardige gerechten, is helemaal van deze tijd. Met een week zonder vlees maak je het verschil voor de toekomst van onze planeet. De Nationale Week Zonder Vlees is een initiatief van Isabel Boerdam, oprichter van De Hippe Vegetariër. Isabel wil hiermee laten zien dat alle vooroordelen over vegetarisch eten – saai, smakeloos en ingewikkeld – onterecht zijn!

Als je als volwassene een week geen vlees eet, bespaar je hiermee per persoon 130 liter water, 76 kilometer autorijden aan CO₂-uitstoot en 770 gram vlees.
Echt de moeite waard dus!



PROEF DIT EENS!

Bij Albert Heijn vind je meer dan 130 vegetarische vleesvervangers, ook in de diepvries en voor op brood. Kiezen wordt steeds leuker en lekkerder! Neem nou deze kipvervanger, met de smaak, bite en structuur van kip, maar dan 100% plantaardig. Ideaal voor vegetariërs én iedereen die wil meedoen aan de Nationale Week Zonder Vlees. Dit product is zelfs opgenomen in het Week Zonder Vlees-magazine!

AH Stukjes als van kip
 schaal 160 g € 2,77

Schrijf je nu in en ontvang **gratis** het **Week Zonder Vlees-magazine**, vol inspiratie, interviews, recepten en meer.

Ook wij doen mee!

Allerhande helpt je lekker en afwisselend vegetarisch te eten. In dit nummer vind je bij recepten zonder vlees het speciale logo van de Nationale Week Zonder Vlees. Makkelijk toch?

Ga naar weekzondervlees.nl voor alle informatie.

Doe je mee?
 Deel je ervaring via **#weekzondervlees**

