

Over mij

Ik ben Linda Meijers. Sinds 2021 woon ik in Zuid-Zweden met mijn man Jos en onze dochter Jane. Ik maak sinds het begin van onze emigratie video's over ons leven in Zweden. Ik ben een hoogsensitief persoon en ik heb me altijd anders gevoeld in de wereld, een buitenstaander. Ik wist dat ik meer rust en ruimte om mij heen nodig had en dat vond ik in Zweden. We verkochten ons huis in Brabant en kochten van de overwaarde een traditioneel rood houten huisje in het Zweedse bos. Het leven dicht bij de natuur voelt voor mij als thuiskomen. Ik kan er mezelf zijn. De natuur veroordeelt niemand. Het is waar we allemaal vandaan komen. Ik voel me bevoorrecht dat we onze dochter tijdens haar jonge jaren in de Zweedse natuur op kunnen laten groeien. Zweden kent nog echte seizoenen. Het land kent strenge winters met veel sneeuwval en vorst. In de lente zie je de meest prachtige wilde bloemen tevoorschijn komen en word je vaak getraakteerd op frisse en mistige ochtenden, met de meest betoverende zonsopkomst. De zomers zijn vaak warm en droog met een fijne zomerbries. We spenderen de dagen dan graag bij de vele meren of aan de prachtige zuidkust. In de herfst, mijn favoriete seizoen, transformeren de groene bladeren in de prachtigste warme kleuren. En tijdens de vele waaibomendagen bij ons verandert het landschap alweer snel in een winterwonderland.

Als natuurvoedingsadviseur deel ik vele recepten en voedings- en kruidenweetjes in mijn YouTube video's. In dit gezonde, plantaardige receptenboek vind je de comfortfoodrecepten terug uit mijn video's en vertel ik meer over de gezondheidsvoordelen van de plantaardige ingrediënten die ik gebruik. Bij de meeste recepten vind je het video- of vlognummer, zodat je ze ook op video nog eens kunt bekijken! Allemaal fijn gebundeld voor jou!



Receptenindex

1. Vikingen korstmosbrood (vlog 43)
2. Saucijzenbroodjes (vlog 60)
3. Hartige tofutaart (vlog 52)
4. Uiensoep (vlog 34)
5. Haggis (vlog 58)
6. Pompoen en linzentaart (vlog 39)
7. Koriander hummus (vlog 28)
8. Baardmos tinctuur (vlog 42)
9. Romige havermelk (vlog 46)
10. Pompoentaart (vlog 35 & 59)
11. Tutti frutti (vlog 38)
12. Volkoren krentenbrood (vlog 49)
13. Focaccia (vlog 47)
14. Courgettetaartjes (vlog 56)
15. Appelbollen (vlog 50)
16. Paddenstoelen en paddenstoelensoep
17. Wellington (vlog 37)
18. Tomatensoep / anti katersoep
19. Shepherd's pie (vlog 62)
20. Gembershot
21. Weerstand in de herfst en wintermaanden
22. Kruidenliefde

*Al mijn Zweden vlogs zijn terug te vinden op YouTube, Linda Meijers
youtube.com/@LindaMeijers