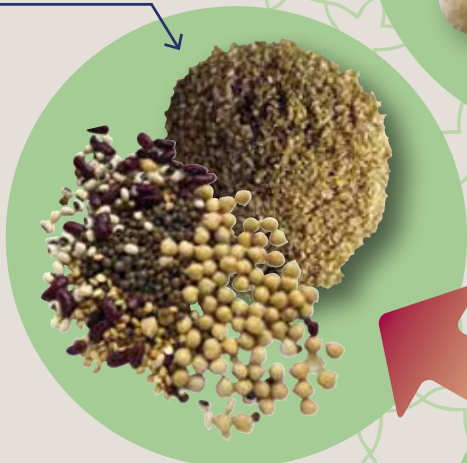


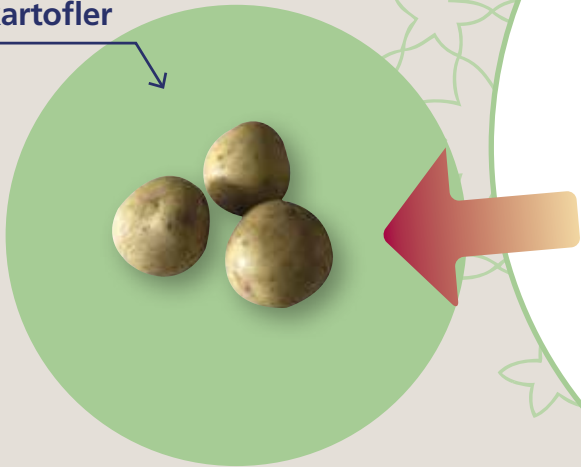
✓ Min største fristelse

○ Skær væk

○ Erstat kartofler med bælgrugter eller grov bulgur



○ Spis færre kartofler



○ Spis kun få kartofler og kombinér med grøntsager eller bælgrugter



○ Skær ned på andet kulhydrat



○ Andre idéer

