

Wie is *Culiza* ?

Opgegroeid in een Vlaams nest waar veel en graag gekookt werd heb ik van kinds af aan de passie voor koken en voeding meegekregen. Maar tevens in een gezin met werkende ouders geleerd dat je met weinig tijd toch ook iets lekkers op tafel kunt toveren.

De afgelopen 20 jaar ben ik actief geweest in de sector van de voedingssupplementen en hier werd vooral mijn interesse gewekt voor de grote invloed van voeding op je gezondheid en ging er dan ook stelselmatig zelf mee aan de slag en ondervond al snel de vele voordelen: geen middagdipje meer, geen overladen gevoel na de maaltijd, fitter en bakken meer energie.

Ben anders én gezonder gaan eten maar hierdoor is mijn culinaire passie niet verdwenen en ben ik nog steeds verslingerd aan koken en lekker eten maar nu met andere ingrediënten, verschillende accenten en in diverse combinaties.

Mijn ervaringen, tips, ingrediënteninfo en vele recepten wil ik graag met je delen als je beslist om ook op een lekkere manier fitter en energiekeer te worden.



Isabel Stragier

isabel@culiza.nl

Tel: +31 6 833 44 692

(een sms of whatsapp bericht kan ook en dan bel ik jou terug of gratis bellen via whatsapp)

www.culiza.nl