

cher wirkt belebend, es enthält u. a. Eisen, Kalzium und Vitamin A. Beim Kauf sollte man zu Bio-Produkten greifen. Zubereitung: ein bis zwei Gramm in einer Schale mit 80 Grad heißem Wasser aufbrühen, mit einem Bambusbesen schaumig schlagen.

KNAUR
MENSANA

Mitinitiator einer Entschleunigungsbewegung ist Entspannungstrainer und stellt kurze Übungen für u. a. unterwegs, daheim und in der Freizeit vor.
Knaur Menssana Verlag; 10 Euro

Kalt gepresst

BERGBLUT Die Detox-Säfte sind als tägliche Nahrungsergänzung oder für Detox-Kuren geeignet. Sie sollen zu neuer Energie verhelfen, sind frei von Zusatzstoffen, vegan und werden kalt gepresst; dadurch sollen Vitamine, Mineralien, Enzyme etc. erhalten bleiben.

Info: www.dasbergblut.com



Alles Bio

P. JENTSCHURA Mit Tischlein deck dich wurde das letzte Produkt der basischen Lebensmittel – neben 7x7 Kräutertee, Morgenstund, Wurzelkraft – auf Bio umgestellt. Nun kommen alle Zutaten aus kontrolliert ökologischem Anbau und tragen ein Gütesiegel.

Kontakt: Tel. 02536 3310-0

Indisch verliebt

VEPURA Fans indischer Küche können nun aus vier Tiefkühlgerichten – alle vegetarisch – wählen. Diese sollen in Indien frisch zubereitet worden sowie frei von Konservierungs- und Zusatzstoffen sein. Erhältlich sind die Mahlzeiten, z. B. Naan-Brote oder Samosa

Mit zu
ADVANCED
Omegas-Kar
ration unter
säuren solle
vor Sonnen
kontakt: Te