

NEUE LOW-CARB-HITS

Es gibt inzwischen viele grandiose Zutaten, die für die kohlenhydratarme Ernährung eine Bereicherung sind. Wir haben uns auf die Suche gemacht und diese für Sie gefunden:



VERNASCH MICH!

Lassen Sie sich davon ruhig mal ein Stück auf der Zunge zergehen und bereuen Sie nichts: 55% Kakaoanteil, Xylit-gesüßt und fairtrade gehandelt. **Edelbitterschokolade, Birkengold, 100 g, ca. 3 Euro, im Fachhandel**

KORN AN KORN

Sie müssen nur Wasser hinzugeben, quellen lassen und backen. Heraus kommt ein 1-a-Bio-Brot mit herrlichem Biss, dabei hefe-, mehl- und glutenfrei. **Wunder-Brød, Bauck Hof, 600 g, ca. 4 Euro, im Bio-Fachhandel**



WARM UMS HERZ

Vier frische Bio-Kräuter- und Früchteteesorten in einer Box: von Sonnenschein bis Momente der Entspannung. **Kleine Teefreuden, Alnatura, 20 Beutel, ca. 3 Euro, im Bio-Fachhandel**



BIO-PERLEN

Die feinen Beluga- oder Kaviarlinsen haben eine feste Konsistenz, auch die leicht nussigen Berglinsen behalten ihren Biss beim Kochen. Deshalb sind beide Bio-Linsensorten besonders lecker im Salat. **Bio-Beluga- und Bio-Berglinsen, REWE, je 500 g, je ca. 2 Euro, bei Rewe**

WURST TO GO

Für den Bärenhunger unterwegs: die herzhafteste oder pikante Dauerwurst, eiweißreich und fettarm. In den Sorten Pfeffer, Kräuter, Paprika oder Jalapeños. **Powerfood Pfeffer, Berwork, 60 g, ca. 3 Euro, über www.berwork.de**

