

GENUSSNEWS

#FoodPorn

Hier stellen wir vor, was die Foodie-Welt Neues zu bieten hat. Denn wir lieben gute, gesunde und authentische Produkte. Natürlich beschäftigt uns auch die Trendfarbe des Jahres 2020 „Classic Blue“. Denn das vermeintlich kühle Blau entspannt und beruhigt und verleiht uns ein Gefühl von Harmonie und Geborgenheit. Das gilt auch für den Food-Bereich – genau das Richtige in turbulenten Zeiten.



Sieb im Dirndl-Design, von Riess, 18 cm Ø, ca. 44 Euro, riess.at

To-go-Flasche „In Giro“ fasst volle 700 ml, ca. 22 Euro, leonardo.de



Ocean Bowl mit Spirulina, der Superfood-Alge, 6er-Box ca. 26 Euro, wholey.de

Fotos: Shutterstock(2), privat, PR



ABNEHMEN OHNE HUNGER

Gesundes Warm-up

Ob Porridge oder Bowl: Wer morgens warm startet, schafft gleich ein wohliges Gefühl in Herz und Magen, verdaut besser und beugt Heißhungerattacken vor. Besonders die wertvollen Kohlenhydrate im Porridge halten lange satt. Noch ein Plus: Während kalte Gerichte die Stoffwechsel-Arbeit im Körper bremsen, regt ein warmes Essen die Energieverbrennung an und unterstützt beim Abnehmen.

- 1 Bio-Porridge mit Kakao, von Naturgut bei Penny, 500 g, ca. 2,50 Euro
- 2 Aprikosen-Honig-Porridge aus Tirol, 450 g, ca. 5 Euro, verival.de
- 3 Würz-Mix mit Kokos, Vanille und Zimt, 56 g, ca. 6 Euro, justspices.de



Kerstin Görn
Stellv. Leitung Food

Kerstins Küchen-Kniff

„Meine Hackfleisch-Masse ist immer etwas weicher, denn neben Senf gebe ich manchmal noch Ketchup dazu oder würze sie asiatisch scharf mit Currypaste, Sriracha- oder Hoisin-Soße. Damit mir die Frikadellen beim Braten trotzdem nicht auseinanderlaufen, wälze ich die fertigt gerollten in Semmelbröseln und forme sie dabei etwas nach.“

TRADITION VERBINDET

Der renommierte Saft-Hersteller Rabenhorst feiert 120 Jahre Zusammenarbeit mit dem Reformhaus mit einer limitierten Retro-Edition vom roten Traubensaft. 750 ml, ca. 3,70 Euro

