

GESUND

Aktuelles für Ihr Wohlbefinden

In Bio veritas

Was gut schmeckt, ist oft auch bio – Lebensmittel aus ökologischem Anbau bewahren mehr und mehr den reinen, ursprünglichen Geschmack. Dies wurde auf der „BioFach“, der weltgrößten Naturkostmesse, demonstriert. Im Trend: Feinkost und Delikatessen



Edle Tropfen, zarte Verführer

Ach, können Bio-Produkte gut schmecken! Die aromatischen Espressobohnen mit Bitter- und Vollmilchschokolade haben den Fototermin nicht lange überlebt, die zart schmelzenden Likörtrüffel auch nicht. Sie werden überwiegend per Hand hergestellt und mit den besten Bio-Likören, Amaretto, Orange und Kaffee, aromatisiert. Dass Rohwaren wie Kakao und Kaffee fair mit Kleinbauern gehandelt werden, gilt für beide. Liqueur Truffles, 300 g, ca. 19,90 €, Dwersteg; Espresso-Dragées, 125 g, ca. 4,- €, Vivani



Prickel-Birne

Rosenaroma wirkt häufig überschwer, im „Frizzante Birne Rosé“ aber überhaupt nicht, obwohl die Limonade über 70% natürlichen Extrakt aus Bio-Rosenblüten enthält. Der schmeckt munter und frisch und harmoniert ganz wunderbar mit dem fruchtigen Birnensaft. 0,7 l, ca. 1,80 €, Beutelsbacher

Würze fürs Leben

Es ist schon ein Vergnügen, die Dosen zu öffnen, die Gewürzmischungen zu betrachten, daran zu schnuppern. Noch schöner ist es, damit zu kochen, zum Beispiel mit „Reisparfum“ mit Mandeln und Rosen, „Salsa Xocolatl“ mit Schokolade und Peperoni, „Ruf der Oase“ mit Datteln und Nana-Minze oder „Tajine Marrakesch“ mit Zimt und Korinthen. Je nach Sorte und Bestandteilen 70–110 g, ab ca. 7,50 €, Herbaria



Feiner Gürkchenhauch

Da ist Senf drin? Die Tuben erinnern an Zahnpasta, aber der Inhalt überzeugt: Meerrettich- und Delikatess-Senf schmecken klar und frisch, die Remoulade hat einen feinen Hauch von Gürkchen, die Salatmayonnaise (ohne Ei) ist angenehm mild. 100 ml/190 ml, ca. 1,40/3,- €, Naturata

Cremig auf der Zunge

Türkische Marmorbohnen sind etwas Besonderes unter den Hülsenfrüchten: Ihre braun-weiße Schalenfärbung, die sie auch gekocht bewahren, ziert feine Salate, Beilagen und Suppen. Sie haben einen runden, vollen Geschmack, einen cremigen Kern und zerfallen nicht beim Garen. 500 g, ca. 2,50 €, Davert

