



GAUMENFREUDEN

Genussmomente



Für einen perfekten Start in den Tag kommen Powerfruits genau richtig-unkompliziert funktioniert das bei mir als Mama (muss ja schnell gehen...) mit dem "Fit für den Tag" Pulver von Violas mit Acerola, Heidelbeeren, Hagebutten und Açaipulver. Einfach ab ins Müsli oder Joghurt und der Tag kann kommen.

Mittags packt mich dann der Appetit auf Würziges und da kommt das Bärlauch-Pesto mit einer leckeren Pasta und frischen Kirschtomaten auf den Tisch. Ganz einfach zuzubereiten! Die Pesto-Gewürzmischung mit etwas gutem Olivenöl anrühren, aufkochen und los geht's.



Das perfekte Brotzeit Upgrade ist die Gewürzmühle mit Meersalz. Lieben auch Sie eine zünftige Brotzeit? Dann ist diese Mühle genau das Richtige! Die Mischung aus Salz, schwarzem Pfeffer, Gemüseflocken und Kräutern ist der passende Begleiter zu Frühstück, Lunch, Abendbrot, Picknick und Wandertour und hebt Stullen, Sandwiches und belegte Brötchen, aber auch Salate und Gemüsesticks geschmacklich auf ein neues Level.



Den Abend ausklingen lasse ich gerne mit dem "Gute Nacht Gewürz". Mit Kakao, Kurkuma, Macis, Lavendel und Zimt kommt man ideal zur Ruhe. **Meine Empfehlung:** Vor dem Schlafengehen 200 ml Vollmilch oder pflanzliche Milch mit ca. 1 TL der Mischung verrühren, vorsichtig stark erhitzen und mit Honig oder Agavendicksaft süßen. Heiß genießen.

