

FOODFINDER



SUPERFOOD

SANDDORN

Sein Spitzname: die Zitrone des Nordens. Seine Mission: uns fit durch die nasskalte Jahreszeit bringen. Und das gelingt so: Die leuchtend orangefarbenen Sanddornbeeren sind prall gefüllt mit Vitamin C. Sie enthalten zehnmal mehr des Powervitamins als Zitrusfrüchte. Das stärkt die Abwehr und schützt vor aggressiven Umweltschadstoffen. Die bevorzugt in Sanddünen am Meer wachsende Beere liefert zudem noch wertvolle B-Vitamine – perfekt für Nerven und Stoffwechsel. Roh sind die sauren und bitteren Früchte kaum genießbar. Als Vollfruchtsaft (Bioladen, Reformhaus) schmeckt Sanddorn im Verhältnis eins zu sechs in Wasser verdünnt oder in heißem Tee oder warmer Milch.

WEIHNACHTEN WIRD BUNT

Kräftiges Orange, feierliches Rot, pompöses Violett, und das alles verziert mit Schneeflocken, Sternen und Paisleymustern – die Colori Rüstmesser von Kuhn Rikon haben sich zu Weihnachten festlich rausgeputzt. Dabei sind die Carbonstahlklingen scharf wie immer. So scharf, dass sie einen Maulkorb tragen: Zur sicheren Aufbewahrung ist eine Schutzhülle mit dabei. **Preis:** 7,90 Euro, kuhnricon.ch



HELLO SWEETIE

„Nice to sweet you“ möchte man ausrufen, wenn man den neuen Schoko-Köstlichkeiten von Lindt zum ersten Mal begegnet. Mit flotten Sprüchen und trendigen Designs locken die süßen Verführer von Crispy Balls über Strawberry Cheesecake Sticks bis Ultra Thin Chocolates. Ein trendy Nikolaus-Geschenk für alle Shochoholics. **Preis:** ab 0,59 Euro, lindt-hello.com

24x
zu gewinnen

24 KEKS-PAKETE GEWINNEN

Weihnachten ohne Kekse? Ein No-Go! Knusperreich ist die Rettung für alle, die keine Zeit fürs Backen haben, aber dennoch von Hand gefertigte, offenfrische Plätzchen in Bio-Qualität naschen wollen. Pünktlich zur Weihnachtszeit verlost LOOX 24 Christmas-Keks-Pakete prall gefüllt mit leckeren Sorten von Chai-Cookie bis Apfel-Zimt-Crunch. Bis zum 30.11. teilnehmen auf LOOX.com/gewinne. Die Sets gibt's für 9,90 Euro auch direkt unter knusperreich.de

MARKT
KALENDER
NOVEMBER // DEZEMBER

Ananas
Apfelsinen
Avocados
Chicorée
Clementinen
Feldsalat
Grapefruits
Grünkohl
Kiwis
Rosenkohl
Rote Bete
Rotkohl
Steckrüben
Wirsing