



FIT MIT VEGAN- & ROHKOST

Grüner Apfelsaft mit Gerstengras-Pulver

- 100-200 ml Apfelsaft (Biologischer Presssaft, am besten ganz frisch selbst hergestellt z. B. mit der Greenstar® Elite-Saftpresse)
- 100-200 ml Wasser
- 1-2 EL Gerstengras-Pulver von Keimling Naturkost

Mit einem Mixer wie z.B. dem Personal Blender® oder im Vitamix gut mixen.

Dinkel-Tomaten-Sellerie-Drink

- 1 Stange Sellerie entsaften
- 2 mittelgroße Tomaten entsaften
- 1 TL Dinkelgras-Pulver von Keimling Naturkost
- 1 Prise Pfeffer

Mit einem Mixer wie z. B. Personal Blender® oder im Vitamix gut mixen und gekühlt servieren.

Exotischer Gerstengras-Drink

- 200 ml frisch hergestellter Apfelsaft
- 100 ml frisch hergestellter Ananassaft
- 1 kleine Banane
- 1-2 TL Gerstengras-Pulver von Keimling Naturkost

Mit einem Mixer wie z.B. dem Personal Blender® oder im Vitamix gut mixen.

Keimling Naturkost GmbH

Deutschland: Zum Fruchthof 7a, 21614 Buxtehude,
Tel. 04161 5116-0, Fax 04161 5116-16,
naturkost@keimling.de, www.keimling.de

Österreich: Deggendorfstraße 5, 4030 Linz, Tel. 01/31 91 262,
naturkost@keimling.at, www.keimling.at

Schweiz: Fürstenlandstrasse 96, 9014 St. Gallen,
Tel. 0800 5 34654 (Gratisnummer),
naturkost@keimling.ch, www.keimling.ch



FIT MIT VEGAN- & ROHKOST

Grün ist Leben

BIO-GERSTENGRAS und BIO-DINKELGRAS in Rohkost-Qualität



In der Natur steht Grün für Leben. Das auch als Blattgrün bekannte Chlorophyll (von griechisch chloros "hellgrün" und phyllon "Blatt") lässt Pflanzen in einem satten Grün erstrahlen. Es wird von allen Pflanzen gebildet, die Photosynthese betreiben. Das Chlorophyll ist dabei in der Lage, die Sonnenenergie für die Pflanzen nutzbar zu machen.

Statt sich selbst junges Grün mit viel Arbeit und Zeitaufwand zu ziehen, greifen Sie jetzt zu frisch geernteten jungen Pflanzen. Jederzeit und an jedem Ort können Sie einen Teelöffel in ein Getränk einrühren und einen wunderbaren Naturdrink genießen.

Gerstengras-Pulver und Dinkelgras-Pulver von Keimling Naturkost werden zu 100 % aus getrockneten, frischen Gräsern gewonnen, ohne Zusatzstoffe.

Anbau und Verarbeitung

Die Verwendung von Dinkelgras und Gerstengras als nahrhaftes Lebensmittel geriet im Laufe der Zeit in Vergessenheit. Erst Mitte des 20. Jahrhunderts wurde es wieder entdeckt.

Gerstengras-Pulver und Dinkelgras-Pulver von Keimling Naturkost werden im milden Bodensee-Klima angebaut. Vor der Ährenbildung werden die jungen grünen Blätter geerntet und bei maximal 38 °C getrocknet. Anschließend werden sie sofort schonend pulverisiert. Jedes Feld wird nur ein einziges Mal geerntet, damit sich der Boden bis zur nächsten Aussaat erholen kann. Selbstverständlich kommen keine Pestizide oder Herbizide zum Einsatz. Das Gerstengras-Pulver und Dinkelgras-Pulver von Keimling Naturkost ist garantierte, naturreine Rohkost-Qualität ohne jegliche Zusatzstoffe.

Verzehrempfehlung:

Trinken Sie täglich bis zu drei Drinks aus Gerstengras-Pulver und Dinkelgras-Pulver von Keimling Naturkost. Am besten 20-25 Minuten vor den Mahlzeiten. Einfach 1 Teelöffel Pulver in stillem Wasser, Obstsaft, Reisdink oder ähnlichem auflösen.

Gönnen Sie sich mit einem natürlichen Drink aus Keimling-Gräsern etwas Gutes.

Köstlich schmecken Gerstengras und Dinkelgras, wenn Sie sie über Ihren Rohkost-Salat streuen oder noch besser in Ihre Olivenölsauce einrühren! Hmm...

Keimling Naturkost garantiert Qualität

Seit 1984 fühlen wir uns hochwertiger Qualität beim Vertrieb von Naturprodukten verpflichtet. Stets suchen wir nach Produkten, die Sie in einer naturnahen und gesunden Lebensweise unterstützen. Unter dem Motto „Grün ist Leben“ werden von uns Erzeugnisse angeboten, die genau in diese Philosophie passen.

„Grün ist Leben – Die Kraft der Natur“

Rohköstliche Rezepte mit Gerstengras-Pulver und Dinkelgras-Pulver von Keimling Naturkost

Avocado-Dinkelgras-Guacamole

- 2 reife Avocados, ca. 350 g
- 1 Tomate
- 2 Datteln Deglet Nour, entsteint von Keimling Naturkost
- 1 kleine Zwiebel, ca. 20 g
- 1 frische Chilischote
- 2 TL Dinkelgras-Pulver von Keimling Naturkost
- 1 Limette oder Zitrone, entsaftet
- Salz nach Belieben

Die Avocados und die Tomate mit einer Gabel zerdrücken. Datteln, Zwiebeln und Chilischote fein würfeln. Zusammen mit dem Dinkelgras-Pulver und Zitronensaft verrühren. Anschließend mit Salz abschmecken.

Gerstengras Dip

- 200 g Gemüse (z. B. Tomate, Gurke, Zucchini)
- 1 reife Avocado
- 1 Zwiebel
- ca. 200 ml Wasser
- 1 gehäufte TL Gerstengras-Pulver von Keimling Naturkost

Zunächst die harten Gemüse pürieren, danach die weichen hinzufügen. Alles mit einem Mixer wie z. B. dem Personal Blender® oder Pürierstab verquirlen. Luftdicht verschlossen hält sich der Dip einige Tage frisch!

Grüner Obstsalat mit Gerstengras-Pulver

- 1 Apfel
- 1 Birne
- 1 Banane
- 1 Handvoll grüne Weintrauben
- 2 EL gemahlene Mandeln
- 3 Datteln Deglet Nour, entsteint von Keimling Naturkost
- etwas Zitronensaft
- 1 TL Gerstengras-Pulver von Keimling Naturkost
- Zitronenmelisse zum Dekorieren

Das Obst klein schneiden. Mandeln und Datteln z. B. im Personal Blender® mahlen, das Gerstengras-Pulver hinzufügen und alles mit dem Obst vermengen. Mit Zitronensaft beträufeln und mit der Zitronenmelisse garnieren.