

# FRISCHE SMOOTHIES ODER BOWLS IN 60 SEKUNDEN – SIE ENTSCHEIDEN:

Zubereitung als Smoothie:

1. Füllen Sie den Packungsinhalt in den Mixer
2. Geben Sie 250 ml. Wasser hinzu
3. Mixen Sie ca. 60 Sekunden

Zubereitung als Bowl:

1. Füllen Sie den Packungsinhalt in den Mixer
2. Geben Sie 150 ml. Wasser hinzu
3. Mischen Sie die Bowl bis zur gewünschten Cremeigkeit
4. Fügen Sie ggf. Ihr Lieblings-Topping hinzu



FrISChe Smoothies und Bowls sind lecker und reich an Vitaminen und Mineralstoffen. Die Zubereitung- von der Rezeptrecherche, über den Einkauf und die Verarbeitung- ist jedoch aufwendig. Fertige Smoothies bzw. Bowls hingegen werden in der Regel lange vor dem Verzehr abgefüllt und haltbar gemacht, wodurch viele der wertvollen Inhaltsstoffe verloren gehen. Genau dieses Dilemma lösen unsere neuen Smoothies / Bowls mit einem völlig neuen und ganzheitlichen cleveren Ansatz.

Wir liefern Ihnen leckere Bio-Smoothies/-Bowls in fertig abgewogenen Rezepturen. Das Besondere: alle Obst- und Gemüsezutaten haben Bio- oder sogar Demeter-Qualität und werden direkt nach Erreichen des optimalen Reifegrades geerntet und sofort schockgefrostet. Dadurch bleiben besonders viele der enthaltenen Vitamine und Nährstoffe erhalten.

Dazu kommen je nach Rezeptur Gräser, Kräuter, Nussmuse und Superfoods. Alle Rezepturen sind so abgestimmt, dass kein Saft hinzugefügt werden muss.

Die Smoothies/Bowls werden einfach mit frischem Wasser aufgefüllt und werden wie oben beschrieben zubereitet. Das ist praktisch für bewusste Genießer, die zwischen-

durch, nach dem Sport oder in stressigen Zeiten nicht auf gesunde Ernährung verzichten wollen.

Unsere Smoothies/Bowls bestehen aus gefrorenen Bio-Zutaten, die portionsgerecht und nach liebevollen und energiereichen Rezepturen zusammengestellt. Die Smoothies/Bowls werden ohne Zusatz von raffiniertem Zucker einfach mit Wasser aufgefüllt und im Mixer eine Minute lang genussfertig zubereitet – ohne zusätzliche Arbeit fürs Schnibbeln, ohne ungenutzte Lebensmittelreste. Ideal also für ernährungsbewusste Menschen, die ihre Zeit nicht in der Küche verbringen möchten oder können





NEU

### Ocean Smoothie / Bowl

Einfach als Smoothie oder Bowl zuzubereiten siehe Seite 61. Fruchtig frisch mit einer besonderen Farbe. Ergibt als Smoothie ca. 2 x 500 ml.

Zutaten: Banane\*, Ananas\*, Zucchini\*, Mango\*, Datteln\*, Kokosmus\*, Basilikum\*, Blaues Spirulina (Phycocyanin), vegan, glutenfrei



7731 - 2 x 250 g = € 9,95  
100 g / € 1,99



NEU

### Dragon Smoothie / Bowl

Einfach als Smoothie oder Bowl zubereiten siehe Seite 61. Lassen Sie sich von dem fruchtig frischen Geschmack überraschen. Ergibt als Smoothie ca. 2 x 500 ml.

Zutaten: Pitaya\* 41%, Banane\*, Mango\*, Datteln\*, Passionsfrucht\*, Ingwer, vegan, glutenfrei



7741 - 2 x 250 g = € 9,95  
100 g / € 1,99



NEU

### Tropical Smoothie / Bowl

Einfach als Smoothie oder Bowl zubereiten siehe Seite 61. Die tropische Mischung ergibt als Smoothie ca. 2 x 500 ml.

Zutaten: Banane\*, Maracujapüree\* 16%, Blumenkohl\*, Datteln\*, Mangopüree\* 11%, Kokosmus\*, vegan, glutenfrei



7751 - 2 x 250 g = € 9,95  
100 g / € 1,99



NEU

### Acai Smoothie / Bowl

Einfach als Smoothie oder Bowl zubereiten siehe Seite 61. Superfood Acai und wertvolle Zutaten. Ergibt als Smoothie ca. 2 x 500 ml.

Zutaten: Banane\*, Acaipüree\* 24%, Erdbeeren\*, Heidelbeeren\*, Datteln\*, Kokosmus\*, vegan, glutenfrei



7761 - 2 x 250 g = € 9,95  
100 g / € 1,99

# PROBIERPAKET

Lernen Sie uns kennen - Fordern Sie Ihr Probierpaket an

Das Probierpaket ermöglicht Ihnen einmalig eine Vielzahl unserer Bio-Lebensmittel mit einem erheblichen Preisvorteil kennen zu lernen.

Jetzt bestellen  
und testen!

Art.-Nr.	Artikelbezeichnung	Katalogseite	Einzelpreis in Euro
2541	Bio-Pizza Mozzarella	S. 48	4,95
3022	Bio-Rinderhackfleisch	S. 25	13,95
3511	Bio-Chicken Nuggets	S. 25	12,58
3520	Bio-Hähnchenbrustfilet	S. 24	25,95
3564	Bio-Rhönfilou	S. 32	11,95
5060	Bio-Rösti	S. 40	7,55
5121	Bio-Spinatspätzle	S. 45	8,25
6008	Bio-Prinzessbohnen	S. 06	3,49
6747	Bio-Rahmspinat	S. 09	5,98
6050	Bio-Erbesen	S. 07	6,49
6777	Bio-Paella*	S. 50	14,95
6940	Bio-Himbeeren	S. 59	13,29
7703	Bio-Dinkelbaquette	S. 66	9,95
1001	Bio Eis-Mix (4 Sorten)	S. 69 - 72	8,95
		regulärer Preis	148,28
<b>Sonderpreis des Probierpakets</b>			<b>99,00</b>

Das Probierpaket ist pro Haushalt nur einmalig lieferbar.

\* alternativ zur Bio-Paella können Sie auch Hühnerfrikasse mit Reis Art.-Nr. 6773 S. 50 erhalten

## Bei Fragen und Bestellungen

Hohmann-bio@t-online.de

www.bionaturfrost.de

Tel.: 0 60 47 - 95 17 90

Fax: 0 60 47 - 95 17 89

## Bio Natur Frost Hohmann GmbH & Co. KG

Kühlhausstraße 9

63674 Altenstadt

Deutschland

Wir stehen für Qualität



Bio Natur Frost  
Hohmann