

Follow me
TO BE HEALTHY!

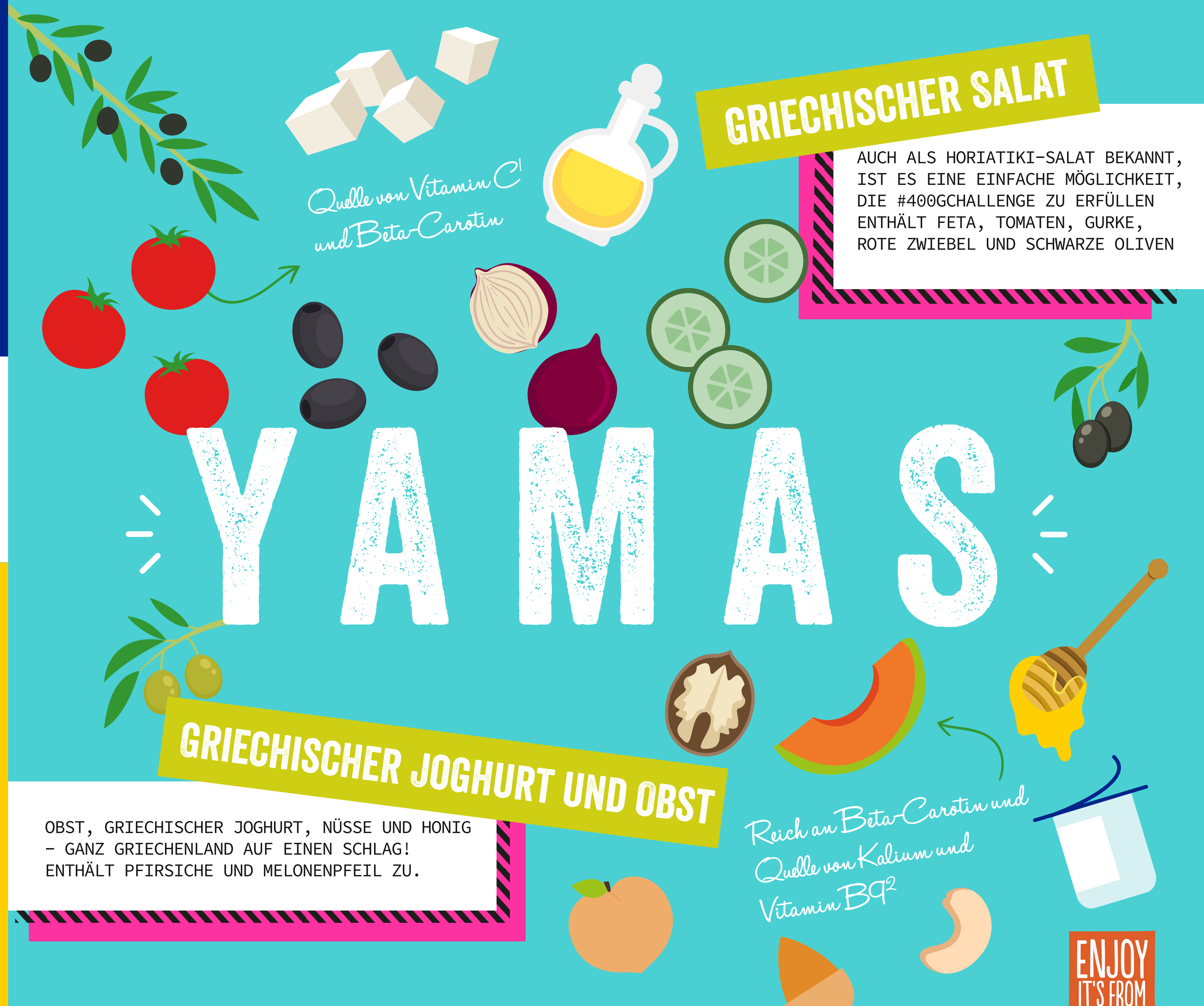


#400GCHALLENGE

WELTWEIT MIT FRÜCHTEN UND GEMÜSE: GRIECHENLAND

Reisen ist vielleicht immer noch nicht möglich, Sie können eine kulinarische Reise von zu Hause aus mit frischem Obst und Gemüse erleben. Ändern Sie Ihre Ernährung mit neuem Obst und Gemüse.

In der zweiten unserer dreiteiligen Serie, die sich mit klassischen Obst- und Gemüsegerichten aus der nationalen Küche eines Landes befasst, reisen wir nach Griechenland!



GRIECHISCHER SALAT

AUCH ALS HORIATIKI-SALAT BEKANNT, IST ES EINE EINFACHE MÖGLICHKEIT, DIE #400GCHALLENGE ZU ERFÜLLEN. ENTHÄLT FETA, TOMATEN, GURKE, ROTE ZWIEBEL UND SCHWARZE OLIVEN

Quelle von Vitamin C¹ und Beta-Carotin

YAMMAS

GRIECHISCHER JOGHURT UND OBST

OBST, GRIECHISCHER JOGHURT, NÜSSE UND HONIG - GANZ GRIECHENLAND AUF EINEN SCHLAG! ENTHÄLT PFIRSICHE UND MELONENPFEIL ZU.

Reich an Beta-Carotin und Quelle von Kalium und Vitamin B₉²



THE EUROPEAN UNION SUPPORTS CAMPAIGNS THAT PROMOTE A HEALTHY LIFESTYLE.



¹https://www.aprifel.com/fr/fiche-nutritionnelle/tomate-grappe/?tab=allegations_nutritionnelles
²https://www.aprifel.com/fr/fiche-nutritionnelle/melon/?tab=allegations_nutritionnelles

Der Inhalt dieser Werbekampagne gibt lediglich die Ansichten des Autors wieder und liegt in seiner alleinigen Verantwortung. Die Europäische Kommission und die Europäische Exekutivagentur für die Forschung (REA) übernehmen keinerlei Verantwortung für eine etwaige Weiterverwendung der darin enthaltenen Informationen.