

News & Trends



BUNT GESTAPELT
Dijon-Senf gelb, Kiwi-Grün, Zuckerwatten-Rosa: Für mehr gute Laune am Morgen fließt mein Kaffee in einen dieser bunten Becher. **STEINZEUGBECHER** von **LE CREUSET**, um 17 Euro/Becher



UNTER DRUCK
Egal ob Chili, Curry oder Risotto, der Schnellkochtopf sorgt nicht nur für kurze Kochzeit, sondern auch für intensiveren Geschmack. **VITAVIT SCHNELLKUCHTOPF** von **FISSLER**, um 240 Euro



SCHARFE SACHE
Der außergewöhnlich geformte Griff aus Birke liegt beim Schneiden sicher in der Hand, die eisgehärtete Klinge sorgt für lange Schnitthaltigkeit und Präzision. **MESSER VIVUM** von **FRIEDR. DICK**, ab 45 Euro



FARBENFROH KOCHEN
Wie man mit wenig Zeitaufwand eine gesunde und ausgewogene Ernährung in den Alltag integrieren kann, ganz nach dem Motto „Iss bunt und fühl dich besser“, zeigt Ernährungscoach Carolin Kotke in ihrem neuen Buch. **EAT COLOURFUL, FEEL BETTER** von **GRÄFE UND UNZER**, um 26 Euro



Food

Food-Redakteurin **Yasmína Fiege** schaut gerne über den Tellerrand. Diese Produkte sind ganz nach ihrem Geschmack.



KNUSPRIGER GENUSS
Für die perfekte Mischung aus süß, zirmtig und knusprig greife ich zu dem Granola aus Vollkornhafer- und Vollkorndinkelflocken. **CRUNCHY GRANOLA** von **WHOLEY**, um 4 Euro

GUTER SCHLUCK
Mir fiel es an manchen Tagen schwer, meinen Gemüsebedarf zu decken, doch das ist vorbei! 125 Gramm frisches Gemüse ohne Zusatzstoffe hochdruckpasteurisiert als Gemüsesaft verpackt, helfen mir jeden Tag dabei, mein Ziel zu erreichen. **SOUP'R DRINK** von **YOUR ROOT**, um 4 Euro



FÜR UNTERWEGS
Pappbecher kommen mir nicht mehr unter. Perfekt für die Kaffeelust unterwegs sind diese vakuumisolierten Kaffeebecher aus Edelstahl in coolem Design. **THERMOBECHER** von **MAMEIDO**, um 25 Euro



SÜSSE FRÜCHTE
Zucker einsparen ohne Geschmackseinbuße? Das geht mit diesen süßen Fruchtgummis. Sie enthalten satte 98 Prozent weniger Zucker als normale Gummibärchen und sind noch dazu irre lecker! **LOW SUGAR GUMMIES** von **AHEAD**, um 2 Euro

FOTOS: KATRIN WINNER (1), PR (8), SANDRA BIRKNER (1)