Meine „functional“ Topping Empfehlung

Protein Toppings

Soja, Hanf oder Erbsenprotein
Super, um vegane Gerichte aufzupeppen, da die meisten Veganer zu wenig Eiweiß zu sich nehmen.

Wachmacher Topping! Zusätzlicher Energie Kick

Matcha, Guarana, Raupenpilz

Macht wach und ist super, um es sich als Pulver auf den Cappuccino zu streuen.
Auch für Personen, die keinen Kaffee trinken und trotzdem einen extra Energie Kick haben möchten oder für Menschen mit niedrigem Blutdruck geeignet.

Superfood Topping

Acaij Beere, Aronia Beere, Kurkuma, Zimt, Macapulver, Traubenkernpulver, Moringa

topping zur Entgiftung

Spirulina, Gerstengras, Weizengras, Alfalfa Algen, Zeolith

Ballaststoff Topping, bei Verdauungsproblemen

Flohsamenschalen, Leinsamen, Chiasamen, Weizenkeime, Haferkleie, getrocknete Früchte wie Pflaumen oder Feigen

Meine Superfood Mischung

Maca Pulver, Spermidin, Zimt, Vanille, pflanzliches Eiweißpulver (hat eine hohe biologische

eMail: office@gesundmitplan.de · www.kerstin-hardt.com · www.gesundmitplan.de · www.anti-stressprogramm.de