



---

Halle, den 19.08.2015

## **Smoothies neu erleben - bei FruchtSnacks.de**

- **In 2 Minuten zum gesunden Erlebnis aus 100% purer Frucht.**
- **Eine clevere Lösung im hektischen Alltag.**

Zu einer gesunden Lebensweise gehört eine ausgewogene Ernährung, mit ausreichend Obst und Gemüse – am besten als Rohkost. Reich an Vitaminen, Mineralstoffen, Ballaststoffen und zugleich kalorienarm.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung rät „5 am Tag“. 5 „Handvoll“ Obst oder Gemüse pro Tag, so sieht ein Beitrag zur körperlichen Leistungsfähigkeit, gesunden Ernährung und Wohlergehen aus.

Den meisten Verbrauchern ist dies bekannt und bewusst. Der Wille existiert, jedoch haben sich in den letzten Jahren unsere Lebensgewohnheiten stark verändert. In unserer hektischen Zeit fehlen oft die Möglichkeit und manchmal auch die Zeit sich ausgewogen zu ernähren.

Hier ist auch das Hauptproblem von „5 am Tag“ - häufig steht die „Befriedigung des Hungergefühls“ im Vordergrund und wir greifen zu Fast Food und Fertiggerichten.

### **Smoothies als „Retter“**

Aus dieser Problem-Situation ist ein regelrechter Smoothie-Hype entstanden. Die kleinen „Vitaminbomben“ sind lecker und sollen einen Beitrag zu gesunder Ernährung bieten. Es klingt ja auch super – mit einem leckeren Drink zur Gesundheit.

Stimmt grundsätzlich, nur wann ist ein Smoothie auch ein gesunder Smoothie? Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung rät, dass ein Smoothie zu mindestens 50 Prozent aus Obst in Stücken oder Püree bestehen sollte und weniger bis gar nicht aus Fruchtsaft. Viele „Smoothies aus dem Kühlregal“ scheiden somit aus und selber Obst kaufen, putzen und mixen ist angesagt.



### **Smoothies neu erleben**

Eine zeitgemäße Alternative bieten die Smoothie-Mischungen von FruchtSnacks.de. Der Smoothie für die „Jackentasche“. Erfrischend und voller Vitalstoffe - als gesundes Frühstück, fruchtiges Dessert oder kleiner Vitaminkick zwischendurch.

Die Smoothie Mischungen bestehen aus gefriergetrockneten Früchten. Diese leckeren Leichtgewichte gehören zu den hochwertigsten Lebensmitteln. Dank eines schonenden Trocknungsverfahrens sind Vitamine, Aromen, Ballaststoffe und Mineralstoffe optimal erhalten. Für 100g gefriergetrocknete Früchte wird bis zu 1kg frisches Obst verarbeitet.

Auf [www.fruchtsnacks.de](http://www.fruchtsnacks.de) wählt man seine Smoothie-Mischung aus und kann diese mit den Lieblingsfrüchten einzeln ergänzen und bestellen. Angeboten für 1 Portion in der 25g Packung oder für 4 Portionen in der 100g Packung. Anschließend einfach Smoothie-Mischung in einen Becher / Mixer geben, mit Flüssigkeit auffüllen, mixen und genießen.

### **Hintergrund:**

Die Idee entstand aus einer Alltagssituation heraus. Um den Kindern und sich selber etwas Gesundes zu geben, wurde Obst geputzt und Smoothies gemixt.

Neben dem Aufwand verschiedenes Obst frisch vorrätig zu haben, lagen anschließend halbe Früchte im Kühlschrank und mussten kurzfristig verbraucht werden. Dank eigener beruflicher Erfahrungen lag die Lösung sehr nah und die Smoothie-Mischungen aus gefriergetrockneten Früchten waren „erfunden“.

Der „Smoothie aus der Tüte“, 100% Frucht pur – sonst nichts. Lange haltbar und einfach in der Anwendung – Vitaminbomben für jeden Tag.

### **Über FruchtSnacks:**

Irina Zaytseva und Heiko Gothe sind Gründer von [RezeptGewuerze.de](http://RezeptGewuerze.de). Seit Mitte 2014 entwickeln, produzieren und vertreiben sie „Die Box zum Sterne Koch“. Gewürzboxen bestehend aus Gourmetrezepten, Einkaufsliste und allen benötigten Gewürzen. FruchtSnacks runden seit Mitte 2015 das Sortiment ab.

**Ansprechpartner:** Heiko Gothe | Tel. 0345-27952350 | [info@rezeptgewuerze.de](mailto:info@rezeptgewuerze.de) | [www.rezeptgewuerze.de](http://www.rezeptgewuerze.de) | [www.fruchtsnacks.de](http://www.fruchtsnacks.de)