



Kjapp og enkel supermat

I denne fargerike og spennende boken blir du bedre kjent med 22 supermatvarer i til sammen 66 oppskrifter. Oppskriftene er herlig frie for ålete ingredienser som er vanskelige å få tak i - du finner alt du trenger på nærmeste matbutikk! Boken koster 199 kr.



Økologisk sjokolade

På Okosjokolade.no får du kjøpt økologiske, Fair Trade-sertifiserte kakaoprodukter. Alle produktene er rå, det vil si at kakaobønnene ikke er varmet opp til mer enn ca. 42 grader, og på den måten beholdes så mye som mulig av kakaosens over 300 næringsstoffer. Ifølge forskning, no er faktisk kakao en rikere kilde til antioksidanter enn grønn te! Så klikk innom og kjøp det du trenger til en velsmakende sjokoladecake.

Ikke glem dusken!

Grønne urter kan bidra til ditt daglige inntak av helsebringende plantestoffer og antioksidanter - om du bare husker å spise dusken og ikke lar den forbli pynt. Prøv salvie på yoghurt med friske jordbær og appelsin, frisk koriander på asiatiske retter, timian eller oregano på europeiske retter, rosmarin til kjøtt, basilikum og bladpersille i matpakken og kanskje en liten dusk mynte sammen med agurk i isvannet.



Is på flaske

Isklar tappes direkte på flaske fra en kilde under Folgefonna i Hårdanger. Vannet skal ha et meget lavt innhold av kalk og mineraler. Isklar sitt mål er å levere det mest klima- og miljøvennlige flaskevannet, og det skåler vi for.



Få fart på forbrenningen

Avokado er en gullgrube av omega-3-fettsyrer som setter i gang forbrenningen. Så dersom du synes du har sen forbrenning, er det bare å hive inn på en avokado eller to.

Fit Living



Naturlig nøtteblanding

Sahale Snacks er 100 % naturlige gourmetnøtteblandinger med en kulinarisk miks av nøtter, tørket frukt, frosne og krydder, helt uten tilsetningsstoffer og kunstige ingredienser. Nøtteblandingen inneholder lite salt og er lett søtet med bl.a. fordampnet rørsukkerjuice og tapiocasinup. Perfekt energi til fjellturen i sommer! Velg blant 6 forskjellige blandinger.