

Drobenkový koláč



Na drobenku rozmixujte 150 g ovesných vloček, 150 g datlí, 150 vlašských ořechů, 50 g kokosového oleje, 100 g pšeničné celozrnné mouky jemně mleté, 40 g sirupu. $\frac{2}{3}$ této hmoty natlačte do dortové formy, pokladte nakrájeným ovocem (nemusí být), zalijte 300 ml vanilkového dezertu. Posypte zbytkem drobenky. Pečte 30 minut při 170 °C. Koláč je nejlepší uleželý alespoň 4 hodiny.



54 Kč

Datle bez pecek BIO COUNTRY LIFE
250 g



112 Kč

Olej kokosový BIO BIOPLANETE
200 ml



47 Kč

Dezert sójový vanilkový BIO PROVAMEL
1 l



Chia semínka BIO COUNTRY LIFE
300 g

72 Kč



Pomazánka mexická s tofu BIO EDEN
200 g

54 Kč



Džem černý rybíz BIO ALLOS
250 g

69 Kč



Kakaové boby nepražené drčené BIO COUNTRY LIFE
100 g

43 Kč



Příkrm jablko, banán, meruňka BIO COUNTRY LIFE
190 g

23 Kč



Flapjack ovesný brusinka WHOLEBAKE
80 g

26 Kč



ECOVER univerzální čističí prostředek s citronem koncentrát
750 ml

88 Kč

Razítko prodejný

countrylife

*Faro
je tu!*

28 produktů za skvělé ceny!

Akce probíhá na prodejnách
od 21. března do 22. dubna 2016.

5 RECEPTŮ UVNITŘ



akční produkty hledejte u tohoto symbolu

Cizrnový hummus



Cizrnu slijte, přidejte 1 lžici tahini, 2 lžíce olivového oleje, šťávu z poloviny citronu, 1 stroužek česneku a rozmixujte do hladka. Podle chuti osolte. Tortily potřete olejem, pečte 10 minut při 175 °C. Rozlámejte na kousky a hummus jimi nabírejte.



**Tahini bez soli
BIO HORIZON**
350 g

104 Kč



**Tortily BIO
AMAIZIN**
240 g

52 Kč



**Cizrna
sterilovaná
BIO BIO IDEA**
400 g

29 Kč

Hrachová kaše s tempehem a slunečnicí



500 g hrachu propláchněte a uvařte do měkka dle návodu. Rozmixujte, ochuťte bujonem, majonézou, česnekem a osolte. Na oleji osmažte nakrájenou 1 cibuli, 1 tempeh, 100 g slunečnice a 2 stroužky česneku. Touto směsí posypte jednotlivé porce a servírujte.



18 Kč

**Sůl himálájská
růžová jemná
COUNTRY LIFE**
500 g



44 Kč

**Hrách zelený
půlený BIO
COUNTRY LIFE**
500 g



44 Kč

**Bujon zeleninový
kostky BIO
NATUR COMPAGNIE**
126 g

Nápoj z vlašských ořechů



52 Kč

Vlašské ořechy BIO
COUNTRY LIFE

100 g

200 g vlašských ořechů namočte na několik hodin do vody, několikrát vodu vyměňte. Vodu slijte, zalijte 1 litrem čisté vody. Můžete přidat kousek mořské řasy, sirup, špetku soli nebo datle. Důkladně rozmixujte, přeced'te přes plátýnko, hmotu dobře vymačkejte. Nápoj použijte na zalití granoly, přípravu kaší, smoothies, na vaření a pečení. Zbylou část přidejte do těsta na muffiny, sušenky nebo kuličky.



67 Kč

Margarín Cocovit
řepkový
s kokosovým olejem
BIO VITAQUELL

250 g



17 Kč

Pudink matcha
s příchutí ananasu
bezlepkový BIO
AMYLON

40 g



Bulgur ječmenný
BIO COUNTRY LIFE

250 g

27 Kč



Kokosová alternativa
smetany 200 ml BIO
ECOMIL

200 ml

31 Kč



SOJADE
bifidus jahoda
BIO

125 g

24 Kč



Miso genmai
hnědá rýže MUSO

400 g

76 Kč



Mošt jablečný
s červenou
řepou BIO
MOŠTÁRNA HOSTĚTÍN

750 ml

48 Kč



Limonáda
malina
BIO
HOLLINGER

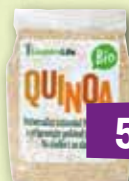
500 ml

26 Kč

Svěží quinoový salát a mátou a pomerančem



250 g quinoy uvařte dle návodu. Smíchejte s vyřetovaným a nakrájeným pomerančem, na drobno nakrájenou červenou cibulí, polovinou nakrájené okurky, hrstí nasekané máty. Dochuťte šťávou ze 2 limetek, přidejte 4 lžičce olivového oleje, případně dosolte. Podávejte vychlazený.



59 Kč

Quinoa BIO
COUNTRY LIFE

250 g