

Hier finden Sie einige Rezept-Ideen für leckere Kurkuma-Drinks



Verzehrempfehlung:

Kurkuma schmeckt von Natur aus eher bitter. Wir empfehlen **SANAGREEN Kurkuma** in Wasser oder Milch/pflanzlicher Milch (z. B. Mandelmilch) / Molke gelöst zu trinken. Die Milch nimmt dem Produkt einen grossen Anteil der Bitterkeit und der Geschmack wird deutlich milder.

Experimentieren Sie mit eigenen Ideen. Es macht Spass und gibt Ihnen Energie für den ganzen Tag.

Was ist Ihr Lieblingsrezept?

Ihre Erfahrungen geben wir gerne weiter und verlosen unter je 5 eingesandten Rezepten:
1 SANAGREEN Kurkuma

Goldene Milch – der Kurkuma Klassiker wie wir ihn am liebsten mögen



Zutaten: Milch (oder pflanzliche Milch) / Molke, Zimt, Honig, Kurkuma
Milch erwärmen und mit Zimt und Honig mischen. SANEGREEN Kurkuma erst kurz vor dem Verzehr hinzufügen (damit die Hitze die Wirkstoffe nicht beeinträchtigt). Weitere Gewürze können natürlich nach Belieben hinzugefügt werden.

Smoothie mit Kurkuma



Zutaten: Zwei Äpfel, zwei Karotten, zwei Orangen, etwas Ingwer, SANAGREEN Kurkuma.

Äpfel, Karotten und die Orangen in einem leistungsstarken Mixer zerkleinern. Ingwer klein raspeln und alles mit SANAGREEN Kurkuma mischen. Ein Tropfen Speiseöl hilft dem Körper, das Vitamin A aus der Karotte besser aufzunehmen.