

## Veganská vánoční polévka s mořskou řasou a jáhlami



Jáhly uvařte dle návodu (můžete připravit celé balení, část použijete do polévky, část jako přílohu, zbytek využijete třeba na sladký jáhelník). Na margarínu Provamel orestujte nastrouhanou kořenovou zeleninu, přidejte lžičku kurkumu a kostku bujonu, zalijte 1 l vody a vařte do změknutí zeleniny. Přidejte lžičku mořské řasy Nori, dochutíte tamari, vsypte jáhly. Podávejte s osmaženou houskou.



**Bujon zeleninový  
WÜRZL kostky  
BIO EDEN**

**25 Kč** 66 g



**Jáhly BIO  
COUNTRY LIFE**

**28 Kč** 500 g

Razítko prodejny

Příkrmy jsou určené pro nejmenší, ale ovocný si rádi dají úplně všichni :-)



**Příkrm hruška,  
jablko BIO  
COUNTRY LIFE**

**24 Kč** 190 g



**Příkrm špenát,  
rýže BIO  
COUNTRY LIFE**

**22 Kč** 190 g

**Z těchto produktů připravíte úžasný  
mikulášský balíček:**



**21 Kč**

**Flapjack ovsný  
malina-jahoda  
WHOLEBAKE**

80 g



**29 Kč**

**Štáva mrkvová  
BIO EDEN**

330 ml



**21 Kč**

**Flapjack ovsný  
brusinka  
WHOLEBAKE**

80 g



**45 Kč**

**Lízátka mix  
bezlepková BIO  
CANDY TREE**

6×10 g



**22 Kč**

**Flapjack ovsný  
čokoláda  
se zázvorem  
WHOLEBAKE**

80 g



**17 Kč**

**Nápoj rýžovo-  
kokosový BIO  
PROVAMEL**

200 ml



CountryLife

Zdravé  
a veselé

28 produktů  
za  
skvělé ceny!

Akce probíhá od 24. listopadu do 23. prosince 2014



U tohoto symbolu hledejte akční produkty



RECEPTY UVNITŘ

## Goody Foody na paprice s jáhlami



**Olej sójový BIO  
COUNTRY LIFE**

**39 Kč**

200 ml



**Tamari sójová omáčka  
COUNTRY LIFE**

**75 Kč**

500 ml



**Vegetariánská  
alternativa  
kuřecího řízku  
GOODY FOODY**

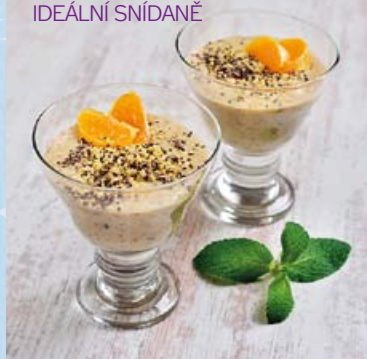
**47 Kč**

145 g

Na oleji osmahněte nakrájenou cibuli s tymiánem, zaprašte 3 lžícemi sladké papriky, orestujte a zalijte 0,7 l vody. Přidejte na proužky nakrájenou červenou a žlutou papriku, 1 kostku Würzlu a vařte 15 minut. Přidejte Goody Foody, zahustěte kukuřičným škrobem rozmíchaným ve studené vodě. Ochutťe tamari, zjemněte rostlinnou smetanou. Podávejte s vařenými jáhlami.

## Semínkový porridge

IDEÁLNÍ SNÍDANĚ



**Konopná semínka  
loupaná BIO  
COUNTRY LIFE**

**49 Kč**

100 g



**Rozinky  
sultány BIO  
COUNTRY LIFE**

**29 Kč**

200 g



**Chia semínka  
COUNTRY LIFE**

**104 Kč**

300 g

600 ml rostlinného nápoje smíchejte s 6 lžícemi ovesných vloček, 80 g rozinek, 1 lžící mletého kokosu, 2 lžícemi chia a konopných semínek a 1 lžičkou skořice. Přiveďte k varu, krátce povařte, doslaďte agávovým sirupem a nechte odstát. Servírujte s čerstvým ovocem.



**59 Kč**

**Fazole červená  
ledvina BIO  
COUNTRY LIFE**

500 g



**36 Kč**

**Kaše pohanková  
bezlepková  
NOMINA**

300 g



**9 Kč**

**Prášek kypřicí  
do perníku  
AMYLON**

20 g



**54 Kč**

**Pomazánka  
bylinková s tofu BIO  
GRANOVITA**

200 g



**51 Kč**

**Čaj Anděl strážný  
BIO SONNENTOR**

27 g



**36 Kč**

**Čaj Zázvorový s citronem  
a mátou BIO MEDiate**

30 g



**ECOVER  
na nádobí  
s heřmánkem  
a měsíčkem**

**76 Kč**



**Džus černý rybíz  
BIO HOLLINGER**

1 l

**58 Kč**



**ECOVER  
prací gel  
630 ml**

**173 Kč**

## Bezlepkové kokosovo-ovesné sušenky

MŮŽETE PŘIPRAVIT JAKO  
VÁNOČNÍ CUKROVÍ NEBO  
KDYKOLIV BĚHEM ROKU



Smíchejte 60 g vloček s 20 ml  
sirupu a 60 ml smetany, nechte  
30 minut odležet. Přidejte 3 lžíce  
strouhaného kokosu a 1 lžičku  
prášku do pečiva. Na plech tvořte  
hrudky, pečte 10 minut při 170 °C.



**85 Kč**

**Vločky ovesné  
bezlepkové  
TILQUHILLIE**

425 g



**67 Kč**

**Sirup agávní BIO  
COUNTRY LIFE**

350 g



**29 Kč**

**Smetana  
kokosová BIO  
ECOMIL**

200 ml