

## LIMA'S WASABI EEN PITTIGE SMAAKMAKER!



Breng uw plantaardige gerechten in een handomdraai op smaak met Lima's 100% biologische Wasabi Pasta. Lima onderscheidt zich van de bestaande pasta's met **10% echte Wasabi** en bevat **geen verdikkingsmiddelen noch kleurstoffen**. De authenticiteit van Lima's Wasabi Pasta wordt dan ook aangetoond door de grijsgroene kleur van de Wasabia Japonica wortel. Ontdek de authentieke smaak uit de Japanse keuken met het ingrediënt bij uitstek voor dipsauzen, dressings en vegan mak'i's.

## BEDIGEST VAN BE-LIFE VOOR EEN OPTIMALE VERTERING



De formule van BeDigest van Be-Life is een synergie van natuurlijke enzymen en plantenextracten voor een beter **spijsverteringscomfort**. De papaine uit de papaja en de bromelaïne afkomstig van de ananas bevatten beide het vermogen om de spijsvertering te verbeteren. Bovendien werden ook venkel, kaneel, look en gember bijgevoegd, gekend voor hun positieve bijdrage aan het verteringsproces. Natriumbicarbonaat, sinds vanouds gekend bij maagklachten, vult het rijtje aan. De uitzonderlijke samenstelling, ook geschikt voor veganisten, vergemakkelijkt trage en moeilijke spijsverteringen en het spijsverteringsevenwicht van eiwitten, vetstoffen en koolhydraten. 100 % Belgische fabricatie en in een ecologische en afbreekbare verpakking.

## GOVINDA VEGANISTISCH EN SUIKERVRIJ

Het Duitse Govinda biedt al 30 jaar een uitgebreid gamma aan biologische voeding. Ecologisch en sociaal ondernemen zijn vaste waarden voor Govinda.

Het gamma omvat een uitgebreid aanbod aan **gluten- en lactosevrije confiserie**, rauwe en veganistische crackers, lactosevrije smeerpasta en glutenvrije bloem. Alle producten zijn biologisch gecertificeerd. In het ruime aanbod van gluten- en lactosevrije confiserie kan je een keuze maken uit verschillende smaken zoals kokosnoot, sesamzaad, vijgen, amandel, mango, dadels, cacao en chufa. Bovendien zijn er ook gezonde "backpacker" crackers beschikbaar (op basis van citroen of wortel). Ook op het gebied van lactosevrij broodbeleg is er vernieuwing: Chufella, een smeerpasta op basis van chufa (aardamandel) en zonder toegevoegde suikers. Of probeer "Cocoletta" smeerpasta, gemaakt uit 100% kokos, of de variant met extra cacao: Cocoletta Schoko. Deze Cocoletta smeerpastas zijn lactosevrij en worden enkel met natuurlijke kokosbloesemsiroop gezoet. Met het kastanjemeel, lupinemeel en amarant-meel kunt u heerlijke glutenvrije gerechten bereiden. Kortom, een lekker en gezond aanbod.



## ADUNA SUPERFOOD AFRIKAANS GEÏNSPIREERD

Aduna, een Afrikaans geïnspireerd superfood merk en een sociale onderneming, brengt de natuurlijke vitaliteit van het eeuwenoude

Afrika naar consumenten wereldwijd en creëert ondertussen een duurzaam levensonderhoud voor kleinschalige producenten. Dankzij de baobab-producten ontvangen 700 vrouwen in afgelegen gebieden van Noordoost Ghana een duurzaam inkomen. Dit stelt hen in staat om in de basisbehoeftes van hun families te voorzien. Het Aduna-gamma bestaat uit **superfood poeders** en **energierepen** op basis van **cacao, moringa** en **baobab**. De superfood poeders zijn lekker en voedzaam om bij je ontbijtgranen of smoothie te gebruiken, maar je kan er ook heerlijk mee bakken en koken. De energierepen zijn dan weer een handige snack voor onderweg, op kantoor of voor/na het sporten.



De baobab-producten zijn bekroond met de "Great Taste Award" in 2015.

Alle producten zijn biologisch gecertificeerd, glutenvrij, rauw, veganistisch en bevatten geen toegevoegde suikers.

## PHYSALIS SUN FORMULE VEILIG IN DE ZON

Wil je je huid deze zomer optimaal beschermen tegen de zon en toch een mooi kleurtje krijgen? Smeer je dan goed in, maar voed en bescherm je huid ook **van binnenuit** met Physalis Sun formula. Physalis Sun formula is een **krachtig complex** en bevat NutroxSun™, een klinisch onderbouwde mix van grapefruit en rozemarijn; die zorgt voor een **verbeterde huidelasticiteit** en significant **minder roodheid** van de huid na blootstelling aan UV-straling. Daarnaast bevat het natuurlijke en bioactieve SOD afgeleid van een unieke Franse soort meloen (SOD Primo Antioxidant®, 140 IU). Dit complex bevat alle belangrijke natuurlijke carotenoïden:  $\beta$ -caroteen of provitamine A, lycopene, luteïne en astaxanthine (AstaPure®). Zowel zink, biotine, vitamine A, vitamine B2 en B3 zijn goed voor het behoud van een gezonde huid. Selenium en vitamine E beschermen de cellen tegen oxidatieve stress. Koper zorgt voor een normale huidpigmentatie. Met L-tyrosine, de voorloper van het natuurlijke pigment melanine.



## BIOTONA BIO MACAQUIK® GEZOND KAN OOK LEKKER ZIJN

Je kan onbezorgd genieten van Biotona Bio MacaQuik®, een **heerlijke cacaodrink**, licht gezoet met Canadese esdoornsuiker en lucuma en met 45% raw cacao-poeder. De drank bevat raw Peruviaans macapoeder. Dankzij de unieke samenstelling bevordert maca de algemene **veerkracht** en **vitaliteit**. MacaQuik® bevat ook een mix van al het goede uit de kokosnoot, wat de cacaodrank extra smeuïg en aantrekkelijk maakt. Een superfoods-lekkernij voor jong én oud. MacaQuik® is een gezond alternatief voor de alomgekende cacaodrinken. In die cacaodrinken zit vaak heel weinig cacao, maar wel veel geraffineerde suikers en toegevoegde vitaminen en mineralen. De combinatie van superfoods in Biotona MacaQuik® zorgt voor een authentieke zoetheid en bevat van nature veel vitaminen en mineralen.



## SALVIA NUTRITION PLANTAARDIGE OLIE UIT PERILLA

Het gamma van Salvia Nutrition, verdeeld door Solal, stelt graag de **plantaardige olie uit perilla** voor, die een zeer evenwichtige bijdrage levert van vetzuren in de beste **verhouding (Omega 3, 6 en 9)**! De koude extractie van de oliehoudende zwarte zaden draagt bij tot het instandhouden van een normaal cholesterolgehalte en bevordert een evenwichtige mentale en nerveuze gezondheid.

Deze **Vegan 3** is een doeltreffend alternatief voor visoliën, ideaal voor mensen die een vegetarisch of vegan eetregime nastreven. Beschikbaar in capsules of in fles met gekalibreerde maatbeker.

Meer info bij [info@solal.be](mailto:info@solal.be)



## VIGEAN & VAJRA ONGEFILTERDE KRETENZISCHE OLIJFOLIE

De Kretenzische "tradition" olijfolie (75 cl) is zeer gewaardeerd door olijfolie-liefhebbers en proevers. Het gaat om een ongefilterde authentieke olie, afkomstig vanaf één van de beste Europese terroirs. 100% bio, koudgeperst, natuurlijk van eerste persing kan de olie koud verwerkt worden; ook om te mee te koken.

De olie bezit een authentieke smaak, met een **uitzonderlijke wulpse ronding**. Ze is licht pikant, heeft een compacte en diepe neus. Noten van vers gemaaid gras en groene appels kenmerken de olie, evenals de perfecte balans tussen omega 6/omega 3, gelijk aan 8. Het regelmatige gebruik van een goede olijfolie is één van de pijlers van het Mediterrane dieet, ook het Kretenzische dieet genoemd. Dit wordt gekenmerkt door de overvloedige consumptie van fruit, groenten, peulvruchten, granen, aromatische kruiden en olijfolie.

Meer info [www.vajra.be](http://www.vajra.be)



## BIO VEINO BLOEDSOMLOOP VOOR EEN OPTIMALE CONDITIE

Het bloed is de essentie van het leven. Het vervoert zuurstof en voedingsstoffen dankzij het hart, naar de bloedvaten en vooral naar de haarvaten die de organen voeden. Zonder een gezonde voeding gaat de gezondheid er op achteruit. Vaak wordt de aandacht gericht op het "verlichten" van de aderen omdat de klachten die eruit voortkomen evident zijn: zware benen, aambeien, extreme koude, ... De gevolgen van een algemeen probleem m.b.t. de bloedcirculatie kunnen echter veel sluipender zijn: vermoeidheid, moeilijke vertering, kortademigheid, onstabiele lichaamstemperatuur, haaruitval, seksuele stoornissen, vermindering van zelfs de meest vitale prestaties op elke leeftijd.

**Bio Veino bloedsomloop**, van de Franse Laboratoires Science & Équilibre (Parijs), werd op een holistische manier uitgewerkt, nl. door het lichaam als een geheel te beschouwen. Daarom werkt zijn unieke formule niet enkel op de aderen, maar even-

eens op het hart, de slagaders en de haarvaten. Zo blijf je in goede gezondheid dankzij goed gevoede en zuurstofrijke weefsels. Bio Veino helpt eveneens significant voor personen met overgewicht, voor hen die de hele dag staand of zittend werken, en ook voor rokers. Bio Veino bevat 7 biologische planten: hibiscus, cipres, olijfblad, paardenkastanje, muizenoor, chrysanthellum en meidoorn. Beschikbaar in 80 verkooppunten in België.

Meer info op [www.lse.bio](http://www.lse.bio)



## 5 TIPS VAN JENTSCHURA ONTZUREN EN ONTSLAKKEN

Kort na de jaarwisseling is er vaak de behoefte om onnodige ballast kwijt te raken en opnieuw door te starten. Maar dan meteen weer beginnen aan een wekenlange vastenkuur? Dat is niet nodig.

5 tips voor een energierijk begin van de lente:

- **Beter eten:** vanuit natuurgeneeskundig oogpunt speelt een té hoge zuurtegraad in ons lichaam een belangrijke rol bij de lentedip. Bij de spijsvertering van dierlijke producten, wit meel, suiker, koffie en alcohol worden veel zuren gevormd die het lichaam niet kan neutraliseren en opslaat in het bindweefsel. De stofwisseling wordt geblokkeerd, en lusteloosheid, overgewicht, maar ook een bleke huid en hoofdpijn kunnen het gevolg zijn. Een overwegend basische voeding met veel verse groenten, fruit, aardappelen en granen zoals gierst of boekweit en hoogwaardige plantenoliën kunnen helpen.
- **Meer drinken:** voldoende vloeistof spoelt zure afvalstoffen uit het weefsel. Minimaal twee liter per dag zijn hiervoor nodig, het beste is water zonder koolzuur of een basische theemix zoals bijvoorbeeld '7x7 KräuterTee', met een theekeer van 3 tot 6 weken.
- **Doelgerichte verzorging:** het lichaam kan zuren ook afscheiden via de huid. Baden met **basische badzouten** zoals bijvoorbeeld 'MeineBase' ondersteunen het lichaam daarbij. Borstelmassages verfijnen bovendien het huidbeeld en verlenen de huid een lentefrisse uitstraling.
- **Slim trainen:** beweging stimuleert de stofwisseling, breekt vet af, bouwt spieren op en verbetert de stemming. Het is raadzaam om bij matige intensiteit te trainen, maar dan iets langer door te gaan, want te intensief trainen bevordert dan weer de vorming van zuren.
- **Vaker ontspannen:** voor een krachtig en energiek begin van de lente zijn pauzes van groot belang: ontspanningstraining, een wandeling of een goed boek op de bank – als het stressniveau maar regelmatig wordt verlaagd.

Meer informatie:

[www.p-jentschura.com](http://www.p-jentschura.com)



## NIEUW BIJ EMILE NOËL "PREMIER CRU" UIT ANDALUSIË

Als eerste product van de familie-"finca" in Alameda/Andalusië, is de nieuwste oogst olijfolie het resultaat van vele jaren werk. Deze 100 % Andalusische olie met fruitige toetsen en tonen van vers gemaaid gras, zegt alles over de passie van het familiebedrijf met betrekking tot de productie van olie, en bewijst hiermee zijn uitzonderlijke expertise.

David Garnier, kleinzoon van de stichter en nu aan het hoofd van het bedrijf, koos in 2014 de uitzonderlijke kwaliteiten van het Andalusische land om de productie van olijven opnieuw aan te vatten, nadat men die in Frankrijk stopgezet had in 1956 ten gevolge van de vorst. Voor deze "nieuwe oogst 2017" combineerde hij de 3 geteelde variëteiten: Hojiblanca, Manzanilla en Picual. De olijven werden rijp geplukt en koud geperst om authentieke en intense aroma's te garanderen. De olie wordt gedomineerd door fruitige tonen en toetsen van vers gemaaid gras, die de smaakpapillen van elke olijfolie-liefhebber zal behagen.

Zowel koud als warm gebruikt (oven, koken of frituren), geeft de "Nieuwe oogst 2017" zijn subtiele smaak zowel aan kruidenmengsel als aan bereidingen van groenten, vis en vlees. Ook als begeleider van een kaasschotel is deze olijfolie een echte topper.  
Meer info: [www.huilerieemilenoel.com](http://www.huilerieemilenoel.com)



## NIEUW BIJ FYTOSTAR EW OMEGA-3 ECO

Omega-3 is een essentieel onverzadigd vetzuur dat ons lichaam niet zelf kan aanmaken en is belangrijk voor het goed functioneren van onze hersenen<sup>1</sup> en ons hart<sup>2</sup>, de 2 motoren van ons lichaam!

Omdat het gezondheidseffect pas bekomen wordt vanaf een bepaalde dagdosering<sup>1,2</sup> opteer je het best voor een voldoende gedoseerde formule in een goed opneembare vorm (triglyceriden). Kies je voor een Omega-3 afkomstig uit de ecologische visvangst, dan draag je ook je steentje bij aan het evenwicht in de zee, bron van alle leven. Al deze unieke eigenschappen kan je terugvinden in deze nieuwe Omega-3 formule van Fytostar.

(1) Het effect wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 250mg DHA.

(2) Het effect wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 250mg EPA en DHA

Meer info: [www.fytostar.com](http://www.fytostar.com)



## ZOMERSE TOUCH OP JE BORD 3 GROENTENBEREIDINGEN VAN PRIMÉAL

Priméal, leidinggevend merk in de biologische en plantaardige keukens, kleurt je bord 's zomers in elk seizoen met zijn bereide en ingemaakte groenten. Het gaat om streng geselecteerde groenten, grotendeels « à point » gereijpt in de zuidoostelijke en zuidwestelijke regio's van Frankrijk. Lekkere, smakelijke recepten die 100 % vegan zijn: ratatouille, piperade en Provençaalse aubergines.

Handig en snel te gebruiken, zijn deze groentebereidingen van



Priméal de ideale oplossing om een kleurig en delicaat gekruid gerecht op tafel te toveren. De producten worden in Frankrijk geproduceerd, in de ateliers van Priméal.

Meer informatie op: [www.primeal.bio](http://www.primeal.bio)

## KAMUT® KHORASAN TARWE

Khorasan is een tarwe variëteit en bevat dus gluten. Tegelijkertijd bevestigen vele personen die gevoelig zijn voor moderne tarwe dat ze geen problemen hebben met het eten van KAMUT® khorasan producten. Het verschil bevindt zich in de kwaliteit gegarandeerd aan de hand van het handelsmerk KAMUT®, dat verbouwd wordt in een droog klimaat gelijkaardig aan het klimaat in Egypte om de kenmerken van het oude khorasan graan te behouden.



Kamut International heeft een onderzoeksprogramma opgericht om te begrijpen waarom veel mensen die problemen hebben met moderne tarwe wel KAMUT® khorasan tarwe verdragen en om de gunstige voordelen van deze tarwe te bevestigen. Recente studies tonen aan dat KAMUT® khorasan tarwe positieve effecten heeft op gezonde personen en op personen met prikkelbare darmsyndroom problemen, cardiovasculaire problemen, diabetes type 2 problemen en niet-alcoholische leverproblemen. Het is een uitstekend alternatief voor moderne tarwe.

Uit een wetenschappelijke studie blijkt dat de meeste personen, die niet aan coeliakie leden maar wel gevoelig waren voor moderne tarwe, geen problemen hadden met het eten van KAMUT® khorasan producten. Alle wetenschappelijke resultaten zijn beschikbaar op [www.kamut.com](http://www.kamut.com)

## SLEEPDUST HELPT JE MOE VAN NIET TE SLAPEN ?

SleepDust is een 100% natuurlijke en rustgevende blend van Bach Bloesems, kamille, mandarijn en organische silicium. SleepDust ondersteunt je nachtrust en kan je helpen om de nacht door te slapen. Deze rustgevende blend helpt je om goed te slapen en fris en monter wakker te worden. Bovendien werkt SleepDust niet verslavend.

Drink SleepDust een halfuurtje voor het slapen gaan. De kracht van de natuur zorgt voor het rustgevend effect van SleepDust: **Bach bloesems**

richten zich op de gemoedstoestand. Ze buigen negatieve emoties om in positieve en brengen zo ons lichaam en geest in harmonie. De gebruikte Bach bloesems zijn Honeysuckle, Walnut, Rock Rose, Impatiens, Cherry Plum, Clematis, Star of Bethlehem. **Kamille extract** kan verlichting bieden bij maag- en darmklachten, werkt rustgevend en ontspannend en bevordert een goede nachtrust. **Mandarijn** is een bron van vitamine C als natuurlijk antioxidant, heeft een aromatische geur die ontspannend werkt en daarbij kan het stress verlichten. **Organische biologisch silicium** biedt ondersteuning bij vermoeidheid en slapeloosheid en versterkt het bindweefsel zoals huid, haar en nagels en draagt bij tot sterkere botten en gewrichten.

Meer info [www.sleep-dust.com](http://www.sleep-dust.com)



## NIEUW VAN NATAOS: C-POSOME LIPOSOMAAL VITAMINE C1 COMPLEX

Vitamine C of ascorbinezuur is wellicht de bekendste vitamine. Sommige dieren kunnen hun eigen vitamine C maken, maar mensen moeten deze vitamine uit **voedsel en andere bronnen** krijgen. Goede bronnen van vitamine C zijn verse groenten en fruit, vooral citrusvruchten. Tal van onderzoek naar de fysiologische effecten heeft bewezen dat vitamine C een fascinerende stof is. Het is belangrijk voor het immuunsysteem, het zenuwstelsel, vermindering van moeheid, bescherming tegen oxidatieve stress, hergebruik van vitamine E en de ijzeropname. Ook draagt vitamine C bij tot een gezonde collageenvorming voor een normale werking van bloedvaten, botten, kraakbeen, tanden, tandvlees en de huid.



Waarom C-posome van Nataos? De opname van conventionele orale vitamine C neemt snel af. Zelfs als de dosis toeneemt, stelt zich slechts een kleinere hoeveelheid beschikbaar aan je cellen die er het meeste behoefte

aan hebben. De opname van ascorbinezuur in normale vormen zoals tabletten, poeders en capsules kan dus een uitdaging zijn. Daarom hebben Nataos C-posome gecreëerd. C-posome is een liposomal vitamine C complex. Liposomen zijn microscopische bolletjes waar de stoffen gekoppeld worden aan fosfatidylcholine waardoor ze beter door de cellen van uw lichaam geabsorbeerd kunnen worden.

C-posome van Nataos is uniek: het bevat per 5 ml, 1000 mg meer-voudige vitamine C van Natrium-L-ascorbaat, L-ascorbinezuur, West-Indische kers met Quercitine en OPC's. Bovendien zorgen natuurlijke liposomen en fosfatidylcholine van zonnebloem voor een goede opname, en die start al in de mond.

*(1) Draagt bij tot een normale werking van het immuunsysteem*

*(1) Draagt bij tot de bescherming van cellen tegen oxidatieve stress*

Meer info [www.ojibwa.be](http://www.ojibwa.be).

## Geert's hoekje

Stilstand is achteruitgang, dat beseffen ze ook bij Mannavital. Omdat de vitaminewetgeving een verandering te gunste onderging en ook nieuwe wetenschappelijke studies werden gepubliceerd, onderging de botformule OSTEOTON een upgrade tot **OSTEOTON FORTE**. De maximale dosis van vitamine D3, die de opname calcium bevordert, werd behouden (2000 IU), terwijl de dosis van vitamine K2 uit natto, die het neerzetten van calcium in het bot bevordert, kon verhoogd worden tot de werkzame dosis van de klinische studies (180 mcg ipv 135 mcg). Bijzonder is dat als zeer goed opneembare calcium- en magnesiumbron werd gekozen voor de alg Lithothamnium calcareum, die als **AQUAMIN®** in klinische studies al zijn waarde heeft bewezen. Tenslotte zit in **OSTEOTON FORTE** voortaan ook het interessante mineraal boor, dat vitamine D activeert en verlies van calcium en magnesium via de urine beperkt.

## BOTANICO MIXEN VAN AMANPRANA



“Voeding als medicijn”, betekent ook dat het gebruik van kruiden en planten je maaltijden kunnen verrijken met werkzame stoffen. In het Amanprana gamma vind je de reeks Botanico mixen, gebaseerd op o.a. 5000 jaar traditionele Chinese geneeskunde en 4000 jaar Ayurveda. De werking van elk individueel kruid is onderbouwd met ten minste 10 wetenschappelijke studies die het specifieke effect bewijzen. Er zijn 7 mixen en een fleur de sel beschikbaar, die je dagelijks kan gebruiken bij tal van gerechten en bvb ook als bouillon, in sapjes of hartige smoothies. De reeks bestaat uit Curcumax, Flamuno, Immuno, Adapto, Orac, Orac Chili, 4 Algae en Khoisan fleur de sel.

## NIEUW BIJ MANNAVITA



Nieuw bij Mannavita zijn de Bio gluten-vrije koekjes, in versie speculoos als koekjes gezouten boter caramel. Nieuw bij de bio gluten-vrije ontbijtgranen zijn de **Vitachoc's melkgranen** (gevuld met melkchocolade), **Vitachoc's Fondant** (granen gevuld met donkere chocolade), **Vitachoc's Alles Choco** (chocogranen gevuld met fondantchocolade).

Eveneens nieuw is het bio puur geperst

granaatappelsap nu ook in 200 ml. De granaatappels worden geteeld en vers geperst op plantages in de streek van Agsu in Azerbeidzjan. Deze streek is bekend voor zijn uitzonderlijke granaatappelteelt, te danken aan het microklimaat en de ideale bodem. Dit laat toe, in tegenstelling tot andere gebieden om een grote variëteit aan granaatappels te telen. De combinatie van deze factoren aangevuld met een kennis van zaken laat toe om via selectie van de beste granaatappels een heel smaakvol sap te produceren. De granaatappels worden de dag zelf van het plukken verwerkt waardoor de versheid en smaak gegarandeerd top is.



Nieuw bij Oskri is de gluten-vrije en **vegan proteïne bar**, cashew-cranberry + zwarte chocolade. The



Bridge brengt een nieuwe biohaverdrank cacao zonder suiker. Kids like chips, vandaar dat



Trafo met enkele nieuwe chips op de markt komt, zoals de **stone ground tortilla bio chips** (vegan/glutenvrij/zonder suiker), in de versies zout, en paprika, evenals de bio linzenchips (versies gezouten en arabian spices).

