



PRODUKTE DER WOCHE



Bison Beiried
Edler Fleischgeschmack mit hervorragenden Inhaltsstoffen

Biohof Edibichl
1 kg 103,95 €



Frizzante Rosé
Sehr fruchtiger, duftiger Perlwein aus Direkt-trägertrauben; leichte Süße

Bioeingut Thünauer
0,75 l 12,50 €

Bio Austernpilz Bruschetta

Der feine Geschmack der Austernpilze im Duett mit sonnen-gereiften Tomaten



Mosberger Pilzmanufaktur
120 g 6,- €

Alle Produkte unserer Gut-Schein-Partner auf www.bauernladen.at

790 **PRODUZENTEN**
&
5.618 **PRODUKTE**
auf www.bauernladen.at

Klingt komisch, aber es wirkt

Paprika-Schmalzaufstrich fürs Gesicht und Chiliöl Bauchwickel.



... Von Rita Davidson

Chili ist nicht nur ein äußerst beliebtes Gewürz, sondern wirkt aufgrund der Inhaltsstoffe sowohl innerlich als auch äußerlich durchblutungsfördernd, anregend und antibakteriell. Schweineschmalz wiederum wurde bis Mitte des vorigen Jahrhunderts als Salben-grundlage benutzt, ist aber heutzutage fast in Vergessenheit geraten. Bei fahler Gesichtshaut und Falten empfiehlt sich ein Paprika-Schmalz-Gesichtsaufstrich. Einen Esslöffel Schweineschmalz mit einem halben Teelöffel scharfen Paprikapulver vermengen; diesen Gesichtsaufstrich auf das Gesicht, aber vor allem auf den Hals auftragen und mindestens 10 min einwirken lassen. Dann mit einem trockenen Handtuch oder Waschlappen vorsichtig abwischen. Falls die Haut bereits nach einigen Minuten zu brennen beginnt, unbedingt sofort abwischen. Schärfeempfinden ist subjektiv; daher: Muten Sie Ihrer Haut nur die Schärfe zu, die Sie auch beim Essen als angenehm empfinden.

Chiliöl für einen straffen Bauch
Vor allem im Winter gibt es Körperstellen, denen wir wenig Beachtung

schenken, und die bis zur nächsten Badesaison Winterschlaf halten. Beispielsweise unser Bauch. Ein heißer Tipp ist die Anti-Bauchschlaff Chili-Öl-Packung. Da Chili durchblutungsfördernd wirkt und auch die Schweißbildung stark anregt, eignet sie sich ideal für eine Anti-Bauchschlaff-Packung.

Ein heimisches Bio-Öl oder Schweineschmalz leicht erwärmen und mit Chilipulver vermischen. Dann das leicht erwärmte Öl oder das Schmalz großzügig auf den Bauch einmassieren und sich entspannt zurücklehnen. Die Wärme fördert zusätzlich zum scharfen Chilipulver die Durchblutung, und die Haut beginnt sich zu röten. Nach rund 15 min das Öl oder Fett nochmals gut einmassieren und den Überschuss mit einem trockenen Handtuch abrubbeln.

Falls sich kein Kribbeln auf der Haut einstellt, können Sie einfach zum nächsten Schärfegrad greifen, jedoch vor einer weiteren Anwendung auf jeden Fall testen. Diese Anti-Bauchschlaff Chili-Öl-Packung können Sie regelmäßig anwenden. Laut Studien steigert der Inhaltsstoff Capsaicin auch die Libido; das Herz-Kreislaufsystem wird stimuliert, und gleichzeitig schüttet das Hirn Glückshormone aus.

Diese Woche auf www.bauernladen.at



Geschnetzeltes vom Rind
Ein Klassiker der österreichischen Küche. Richtig saftig wird es aus der Schulter und verfeinert mit Bio-Bier.



Bio logisch
Otto Gasselich, Obmann von BioAustria Niederösterreich und Wien, im Interview über die Entwicklungen in der Biolandwirtschaft.



Buchtip: Zungenbekenntnisse
Warum der Wein im Urlaub immer besser schmeckt und andere Fakten und Wunder aus der Welt der Sinne. Erschienen im Brandstätter Verlag



Der Bauernladen-Veranstaltungstipp

APFELBÄUME VEREDELN!
Wer seine Lieblingsapfelsorte auch für kommende Generationen bewahren möchte, bringt einfach beliebig viele Edelreiser seines Apfelbaums am 1. Februar 2020 (9-14 Uhr) zum „Markt der Erde“ in Parndorf mit. Fachmann Albert Leeb veredelt persönlich Ableger mitgebrachter Edelreiser Ihres Apfelbaums und alter Apfelsorten. Und zwar gegen eine Spende, die 1:1 dem Projekt 10.000 Selbstversorger Obst- und Gemüsegärten in Afrika der internationalen Slow Food Foundation zugutekommt.

www.allesapfel.at